

मूई-कूने-लिखित

आकृति-निदान



अंग्रेजीसे उल्याकार

प० जनार्दन भट्ट, एम् ए.



सम्पादक

श्री रामदास गौड़, एम् ए



प्रकाशक

हिन्दी पुस्तक एजेंसी

१२६, हरिसन रोड, कलकत्ता

तथा

बुलामाछा, काशी



प्रथम बार
२०००

}

१९८०

{ सजिल्द १०)
~~द्वितीय~~
सजिल्द ११)

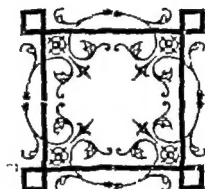
प्रकाशक—

वैजनाथ केहिया

प्रोप्राइटर

हिन्दी पुस्तक एजेन्सो

१२६, हरिसन रोड, कलकत्ता



भगदीशनारायण तिवारी द्वारा

मुद्रित—

“वणिक् प्रेस”

१, सरकार लेन, कलकत्ता

सम्पादकका वक्तव्य

आकृति निदानका मूलरूप जर्मन है, उसके अंग्रेजी अनुवादका मूल्य १६) है। इतना अधिक मूल्य अवश्य ही इस ग्रंथकी उपयोगिताको दुर्लभताकी सीमाके भीतर संकुचित कर देता है। स्वाभाविक चिकित्साके प्रेमियोंके हृदयमें इसकी सुलभताकी इच्छा बहुत बरसोंसे है। मुरादाबादके सोतीजीके उत्साह और उद्योगका फल जो प्रकाशित हुआ उसका भी मूल्य ४) से कम नहीं रखा जा सका। अनुवाद भी यथेष्टरीत्या नहीं हो सका। कोई चार बरस हुए हिन्दी पुस्तक एजेंसीके उस समयके मालिक हमारे मित्र बाबू महावीरप्रसाद पोद्दार जल चिकित्साके अनुयायी हुए। कलकत्तेके प्रसिद्ध मारवाड़ी खेतान बंधुओंमें भी स्वाभाविक चिकित्साका विशेष अनुयाग उत्पन्न हुआ। इससे अधिक लाभ देकर इसके प्रति इन मित्रोंकी श्रद्धा स्वार्थसाधनकी सीमासे निकलकर परार्थकी विस्तीर्ण परिधिमें आयी। सलाह हुई कि जलचिकित्साकी पुस्तकोंका अच्छा उल्या करके सुन्दर सुलभ संस्करण निकाले जायें। इस काममें सबसे अधिक अनुरोध और प्रोत्साहन श्री चंडोप्रसाद खेतानका था जिसका फलस्वरूप यहाँकी रक्षा निकली, और इसीके साथ ही आकृति निदानके अनुवादका काम हमारे मित्र पं० जनार्दन भट्टको सौंपा गया। सम्पादन भार मैंने

स्वीकार किया। पहले फरमेका भूफ संयोगवश उसी दिन आया जिस दिन मेरी जेलयात्राका आरम्भ था। पैकट मेरे घर घेबुला रह गया। चौदह मास यह काम अगत्या खगित रहा, क्योंकि कापीका एक अंश उसी पैकटमें था। किसीने उसे खोलकर देखा नहीं। उसका पता कूनेके अनुरागियोंको भी न लगा। बिना मेरे उसका छपवाना भी प्रकाशकोंको मंजूर न था। मेरे मुक्त होनेपर नये सिरेसे इस काममें हाथ लगाया गया।

शोकके साथ लिखना पड़ता है कि इस कार्यके यशोभाजन श्री चंडीप्रसादजी खेतान केवल इक्कोस वर्षकी अवस्थामें इसी बीच दिवंगत हो गये। यह प्रतिमाशाली होनहार युवक कलकत्ता विश्वपरीक्षालयमें बी. ए. में १८ वर्षकी अवस्थामें प्रथम हुआ, विश्व परीक्षालयके पूर्वगत प्रथमोंसे भी ऊंचे अंक पाये। गणितमें विशदता पायी। सन् १९२२में बी० एल०में विश्व-परीक्षालयमें खेतानजी द्वितीय हुए। सालभर पढ़नेसे स्वास्थ्य बिगड़ चला था। देहरादून गये थे, वहीं कूनेकी चिकित्सासे अनुराग हुआ। बी० एल० हुए दो ही मास हुए थे कि १२ अप्रैलको मृत्यु हो गयी। अपूर्व मानसिक प्रतिभा और विलक्षण मस्तिष्कपर प्राणशक्ति निष्ठावर हो गयी। स्वामाधिक जीवनके लिये यह भी एक शिक्षाप्रद उदाहरण है।

आकृति निदान अपने ढंगकी अनूठी चीज है। उसी तरह कूनेकी “नवीन चिकित्सा प्रणाली” या “नया आरोग्य साधन” जलचिकित्साकी अत्युत्तम विधियोंका प्रतिपादन है जिसकी

स्व. वावू चढीप्रसाद खेतान, बी. ए. बी. एस.



यशस्वर, जन्म संवत् १९५७ वि० (२० अगस्त १९००)।

फलकला, मृत्यु संवत् १९७० वि० (१० ४ २२)।

आ. नि. (४)-(५).

यद्येष्ट परीक्षा संसारमें हो चुकी है। पर मजमून चुस्त नहीं है। उतनी बड़ी पुस्तकमें अनेक विस्तीर्ण विषयोंका समावेश हो सकता है। स्वामाधिक चिकित्साका परिशीलनक्षेत्र भी तयसे बहुत बढ़ गया है। अब कूनेकी गिमती स्वामाधिक चिकित्साके ग्रन्थाओंमें को जाती है। अमोतक जितनी पुस्तकें देखनेमें आयी हैं उनके सर्वोत्तम तर्कोंपर अवलम्बित एक स्वतंत्र ग्रंथ लिखना ही अधिक लाभप्रद जान पड़ा। जेल्में इसी विचारसे "नया आरोग्य साधन" नामक ग्रंथका सूत्रपात हुआ। वह अब पूरा किया जा रहा है और शीघ्र ही पाठकोंको भेंट किया जायगा। एवमस्तु।

श्री काशी।
गुरु १५, १९८०

}

रामदास गौड़



विषय-सूची

विषय	पृष्ठ
ग्रन्थकारकी भूमिका	(६)
रोग निदानकी और रीतियां	(१२)
आकृति निदान क्या है ?	१
स्वस्थ मनुष्य	२
स्वामाधिक रूप	६
शरीरका बादीपन	८
मलजनित विकार	१७
(क) सामनेवाला बादीपन	१८
(ख) बगलवाला बादीपन	२४
(ग) पीठका बादीपन	२७
(घ) मिथित बादीपन	३१
भीतरी अगोंकी बीमारियां	३३
चिकित्साका अभ्यास	४६
बादीपनका इलाज	६६
प्राणशक्तिकी वृद्धि	७३
(१) खाना कैसे पचना चाहिये ?	७४
(२) क्या खाना चाहिये ?	७६
(३) कहाँ खाना चाहिये ?	८७
(४) कब खाना चाहिये ?	८८
मस्तिष्क विद्या और आकृति निदानका सम्बन्ध	१०१
उपसंहार	१०४

ग्रन्थकारकी भूमिका

—*—

हमारी नवीन * चिकित्सा-प्रणालीके अनुसार रोगकी पहचान इसी भाकृति निदानसे हो सकती है। इसलिये जो लोग "भाकृति निदान"का अध्ययन करना चाहते हैं उन्हें पहले नवीन चिकित्सा प्रणालीके सिद्धान्त पूरी तरहसे समझ लेना चाहिये। यहाँ नवीन चिकित्सा प्रणालीके मुख्य सिद्धान्तोंका संक्षेप दिग्दर्शन कराया जाता है कि पाठकोंको इस पुस्तकके परिशिष्टमें विशेष सुमीता हो।

[१] यद्यपि बीमारी भिन्न भिन्न रूपमें कम या ज्यादा जोरसे प्रगट होती है तथापि कारण केवल एक ही है। किसी आदमीके शरीरके किसी खास हिस्सेमें बीमारीका जाहिर होना और उसका कोई विशेष रूप धारण करना इस बातपर निर्भर है कि उसके घाव-दावे कैसे थे, उसकी उम्र कितनी है, वह क्या काम करता है, क्या खाता है और कैसे जलवायुमें रहता है, इत्यादि।

[२] बीमारी तभी पैदा होती है जब शरीरके भीतर घिजा तीव्र द्रव्य रहता है। इस तरहका द्रव्य पहले पहल पेटके भीतर घाले छिद्रोंके पास जमा होता है। यहीसे वह शरीरके भिन्न भिन्न

* सुई कूने छत "नवीन चिकित्सा शास्त्र"।

मागोंमें और खास करके गर्दन और सिरमें जाता है । यह द्रव्य सहकर शरीरकी शकलको ही बदल देता है । इस परिवर्त्तनसे यह पता लग सकता है कि ध्वनके अन्दर कैसी गहरी बीमारी है । इसी बातपर आकृति-निदानको मोघ डाली गयी है ।

[३] प्रायः बिना उधर या तापके कोई बीमारी नहीं होती और न बिना बीमारीके किसी प्रकारका बुखार ही पैदा होता है । जब विजातीय द्रव्य शरीरके अन्दर प्रवेश कर लेता है और वहां जाकर जमा हो जाता है तो शरीर और सड़े हुए विजातीय द्रव्यमें एक युद्ध सा प्राग्भूत होता है । शरीरके अन्दर जब यह काररवाई या रगड़ पैदा होती है तभी ताप भी पैदा होता है । हर एक मनुष्यको अनुभवसे मालूम है कि जब किसी चीजका छोटासे छोटा कण भी शरीरके किसी अङ्गमें गड़ जाता है तो फौरन कुछ दर्द पीडासे व्याकुल होता है । उसके साथ ही एक तरहका ज्वर शुरू हो जाता है जो तबतक शान्त नहीं होता जबतक वह चीज न दूर की जाय । इसी तरह शरीरके अन्दर विजातीय द्रव्य जमा हो जानेसे ताप पैदा होता है । पहले तो ताप प्रायः हल्का ही रहता है और शरीरके भीतर ही भीतर बना रहता है, पर क्योंकि ध्वनमें एकाएकी कोई विकार हो जाता है या कोई श्रुति ही बदल जाती है या मनमें किसी प्रकारकी उत्तेजना होती है क्योंकि शरीरके विजातीय द्रव्यमें जोश पैदा हो जाता है और ज्वर बड़े वेगसे फूट निकलता है ।

रोगीकी आकृति अर्थात् बाहरी सूरत देखकर शरीरके

भीतरवाली हालतका पता लगाना ही आकृति निदान है। भय यह स्पष्ट है कि शरीरकी तन्दुरुस्ती या बीमारीका हाल जाननेके लिये हमें नीचे लिखी हुई केवल दो बातोंकी ओर ध्यान देना चाहिये—

[१] शरीरमें विजातीय द्रव्य कितना ज्यादा और किन किन हिस्सोंमें जमा हुआ है ?

[२] शरीरमें मल जमा होनेसे कौन कौन लक्षण प्रगट हुए हैं और अविष्यमें कौन कौनसे लक्षण प्रगट होनेवाले हैं ?

आकृति निदानका यह काम नहीं है कि शरीरके अन्दर और बाहर जितने छोटे छोटे घिकार होते रहते हों उनका सूक्ष्म वर्णन किया जाय या बीमारीके मित्त मित्त रूप निश्चित किये जाय या ङाकृती विद्या या वैद्यकशास्त्रके अनुसार उन मित्त मित्त स्वरूपोंके अलग अलग नाम रखे जायें। आकृति निदान का एकमात्र उद्देश्य यह है कि सारे शरीरकी हालत जांची जाय और जान लिया जाय कि शरीर स्वस्थ है या रोगी। अगर रोगी हो तो यह निश्चय किया जाय कि रोग कहाँतक बढ़ गया है या बढ़नेवाला है और रोगनिवारणकी कहाँतक सम्भावना है, रोग साध्य है, दुःसाध्य है या असाध्य।

रोग-निदानकी और रीतिया

एलोपेथी उस चिकित्सा प्रणालीका नाम है जिसे पाश्चात्य राज्योंकी ओरसे सम्मान और प्रतिष्ठा मिली है। पच्छाहीं देशोंमें इस चिकित्सा-प्रणालीका सबसे अधिक प्रचार है। इस प्रणालीमें इस बातपर बड़ा जोर दिया जाता है कि रोगके सूक्ष्मसे सूक्ष्म कारणोंकी जांच वहे विस्तारके साथ की जाय। इस मत-लबसे मुर्दोंके (पनाटोमी) चीरफाड़के द्वारा शरीरके अवयवोंकी खूब अच्छी तरह जांच की जाती है। एलोपेथीके डाक्टरके लिये शरीरके हर एक सूक्ष्मसे सूक्ष्म अङ्गका नाम हर इन्द्रियका ठीक ठीक स्थान और कार्य जानना बहुत आवश्यक है। इसलिये वह शरीरको टटोलकर, ठोककर, तथा यंत्रोंके द्वारा शरीरका भीतरी हाल जानकर शारीरिक अवयवोंके बारेमें अपना मत निश्चित करना है। शरीरके भीतरवाली हालत निश्चित रूपसे जाननेके लिये बहुतसे विचित्र प्रकारके यन्त्र बनाये गये हैं। मनुष्यकी उस आविष्कारिणी बुद्धिको देखकर चकित होना पड़ता है, जिसकी यद्यौलत ऐसे ऐसे सूक्ष्म यन्त्र बनाये गये हैं।

एलोपेथिक डाक्टर विस्तारके साथ रोगीकी भिन्न भिन्न परीक्षा करते हैं। इनमें यदि पारस्परिक सम्बन्ध हो जाय तो भावस्मिक ही होगा। एलोपेथिक डाक्टर आम तौरपर कुछ कुछ नीचे लिखे हुए ढङ्गपर रोगकी जांच करते हैं। डाक्टर पहले तो रोगीसे तरह तरहके प्रश्न करता है। इसके बाद वह उसकी

जपान और मायू देखता है। फेफड़े और दिलकी हालत जाननेके लिये छाती और पीठमें मज्जुलीसे आघात करता है और एक यन्त्रसे छाती और पीठके भीतरवाले शब्द सुनता है। फिर जिगर, पेट और जमनेन्द्रियकी जांच करता है। छिपोंके जननेन्द्रियकी परीक्षा भी एक ऐसे यन्त्रसे करता है जिसमें शीशा लगा रहता है। उस शीशेमें जमनेन्द्रियकी भीतरी दशा विलकुल प्रतिबिम्बित हो जाती है। धूनमें किस्ती गरमी है, इस बातका निश्चय थर्मामीटरकी सहायतासे किया जाता है। धून, राल, धूर, पेशाब और पाजानेकी जांच माइकासफोप या अनुवीक्षकके द्वारा की जाती है। फदाचित् यदनके घमड़े और पुष्टीकी जांच भी इसी प्रकारसे की जाती है। इस साधारण परीक्षाके बाद अपसर आंघ्र कान आदि शरीरके अलग अलग अङ्गोंकी परीक्षा बढ़े विस्तारके साथ प्रारम्भ होती है। किन्तु अलग अलग अङ्गोंकी परीक्षा आम तौरपर इन डाक्टरोंसे करवायी जाती है जो उन उन अङ्गोंकी बीमारियोंके इलाजमें ज्ञास तौर पर होशियार होते हैं। अन्तमें इन सब परीक्षाओंके बाद डाक्टर कहता क्या है? वह रोगीसे यह कहता है कि देखो तुम्हारे यदनका फलां हिस्सा तो विलकुल तन्दुरुस्त है पर फलां हिस्सेमें कुछ कुछ गड़बड़ी है और फलां हिस्सा बहुत ही घुरी हालतमें है। इस बातके बारेमें डाक्टर लोग बहुत ही कम राय देते हैं कि कुल समूचे शरीरकी हालत कैसी है? अगर कोई डाक्टर रोगीके समूचे शरीरके सन्बन्धमें कमी इस तरहकी राय आहिर भी

करे तो वह न समझ लेना चाहिये कि वह रोगीकी परीक्षा करके यह राय जाहिर कर रहा है। बल्कि यह समझना चाहिये कि रोगीकी बाहरी भावृति देखकर और कदाचित् उसका वयान सुनकर जो भाव उसके हृदयमें पैदा हुए उन्हीं भावोंकी बदौलत वह अपनी इस तरहकी राय जाहिर करता है। क्योंकि घण्टक रोगियोंकी परीक्षा करते करते डाक्टरोंकी नज़र तेज हो जाती है और वे फौरन जान लेते हैं कि रोगीकी आम तौरसे हालत कैसी है।

अब आप पूछ सकते हैं कि फिर इस एलोपैथी चिकित्सा शास्त्रकी क्या जरूरत है? मैं तो कभी इस दावेको नहीं मानता कि इस चिकित्सा शास्त्रमें वह सब गुण हैं जो आम तौरपर इसके सम्बन्धमें कहे जाते हैं।

पहली बात तो यह है कि इसपर भरोसा नहीं किया जा सकता। यदि भिन्न भिन्न डाक्टर एक ही रोगीकी परीक्षा करें तो उस रोगीके बारेमें लिखने डाक्टर उतनी रायें सुनकर आपको आश्चर्य होगा। बड़े बड़े मशहूर डाक्टर भी अपनी परीक्षासे अबसर एक दूसरेसे बिलकुल विरुद्ध परिणाम निकालते हैं। अगर यद्यनके किसी खास हिस्सेके चारों ओर विज्ञातीय द्रव्य बहुत ज्यादा नहीं जमा है तो डाक्टर अबसर धोखेमें आ जाते हैं और यह कह देते हैं कि रोगी तो बिलकुल चंगा है। पर असलमें रोगी ही इस बातको जानता है कि वह कितना बीमार है और उसकी हालत कितनी खराब होती आ रही है। ऐसी

हालत खासकर उन लोगोंमें देखी जाती है जिन्हें माड़ी दौरेल्य या घातरोग रहता है। ऐसे रोगी स्वयं तो जानते हैं कि अपना हालत कैसी खराब है पर डाक्टरोंके कहनेसे वे निश्चित बैठे रहते हैं। कभी कभी तो उन्हें अपने जीवनसे हताश होना पड़ता है। यदि डाक्टरोंकी की हुई रोग-परीक्षा निश्चित न हो तो इसमें कोई आश्चर्यकी बात नहीं है क्योंकि डाक्टरोंको अभी यह पता नहीं है कि रोग क्या बीज है।

दूसरी बात यह है कि डाक्टरोंके निदानके आधारपर उचित इलाज नहीं हो सकता। क्योंकि पेछोपेयिक चिकित्सक पहलेसे ही जान लेते हैं कि यदि शरीरके किसी एक अङ्गमें कोई रोग हो तो उससे दूसरे अङ्गोंसे प्रायः कोई सरोकार नहीं होता। इसीलिये केवल उसी अङ्गके लिये औषध प्रयोग करते हैं।

औषधियोंका इस तरहका प्रयोग कैसा व्यर्थ और कभी कभी हानिकारक होता है, यह बात अनेक प्रमाणोंसे सिद्ध है।

(१) पहला उदाहरण एक महाशयका है जिनकी जीम बहुत ही सूजी हुई थी। इस बातको हर कोई आसानीसे देख सकता था, इसलिये डाक्टरने भी रोगकी जांच बहुत ही आसानीके साथ कर ली। इलाज सिर्फ जीमहीका किया गया, क्योंकि डाक्टरने समझा कि रोगका एकमात्र स्थान वस जीम ही है। पर उस इलाजसे कोई फायदा न हुआ और बीमारकी हालत दिनपर दिन खराब होती गयी। उसकी जीम लगातार सूजती गयी यहाँतक कि कुछ दिनोंके बाद वह जीमको थलकुल

न हिला सकता था। ऐसी हालतमें मैंने आकृति निदानके सिद्धान्तोंके अनुसार उसकी परीक्षा की। उसके लिये मैंने जो इलाज तमघोज किया उसमें पूरी सफलता हुई।

(२) जर्मनीकी राजधानी बर्लिनमें एक छोटा बालक महामोसे बीमार था। उसका इलाज एक महशूर डाक्टर कर रहा था। बहुत दिनोंतक यह यही न सिर कर सका कि उस बालकको वास्तविक बीमारी क्या है। अन्तमें अणुबीक्षणसे उसने यह निश्चय किया कि उस बालककी बीमारी एक किस्मके कीटाणुओंसे पैदा हुई है। ऐसा कहा जाता है कि ये कीटाणु केवल तिनकोंमें रहते हैं और वहीं भण्डे घच्चे बैठे हैं। वह लड़का बेचारा कभी भी तिनकोंके सम्पर्कमें नहीं आया था। पर डाक्टरने कहनेके लिये कुछ न कुछ निदान निकाल ही लिया। उसने कहा कि जबतक बालकके शरीरके अन्दर यह सब कीटाणु जड़से उच्छिन्न न किये जायेंगे तबतक वह खंगा नहीं हो सकता। इसका परिणाम बहुत ही बुरा हुआ। बेचारे रोगीकी हालत दिनपर दिन खराब होती गयी और कीटाणुओंकी संख्या भी दिनपर दिन बढ़ती गयी। ऐसी हालतमें उस बालकके माता पिताका ध्यान मेरी चिकित्सा प्रणाली की ओर गया। मैंने उस बालककी परीक्षा की और बिना इस बातकी परवाह किये हुए कि उसके बदनके अन्दर कीटाणुओंका निवास है मैंने अपने डंगपर उसकी चिकित्सा शुरू की।

डाक्टरसे यह नहीं कहा गया कि मैं उसकी चिकित्सा कर

रहा हूँ। इसलिये उसे पछा आश्चर्य हुआ जब उसने भणुवीक्षकसे देखा कि फीटाणुओंकी सख्या बहुत अधिक घट गयी है। इसपर उसने अपनी यह राय जाहिर की कि कमी कमी प्रकृति इस तरहसे फीटाणुओंको आप ही आप दूर कर देती है।

(३) एक मदाशय, जो पहले बहुत ही दृष्टपुष्ट और बलवान् थे, करीब दस घरसोंसे घीमारीके कारण बिल्कुल काम करनेके लायक न रह गये थे। उनके हृदयमें सदा आत्मघात करनेका विचार उठा करता था। ये अपने जीवनसे इतने ऊप गये थे कि आत्मघातके द्वारा कु-बोसे निवृत्ति चाहते थे। इसलिये बराबर उनके ऊपर कड़ी नजर रखी जाती थी। कई डाक्टरोंने उनकी परीक्षा करके यही कहा कि वे बिल्कुल चगे हैं, हा उम्माद रोग उन्हें कुछ कुछ जरूर है, बेहतर है कि वे कुछ दिनोंतक पहाड़ोंमें रहकर अपना बिलबहलाव करें। डाक्टरोंने जैसा कहा उन्होंने वैसा ही किया, पर उनकी हालतमें कोई सुधार न हुआ। इसके बाद वे मेरे पास आये। मैंने निश्चय कर लिया कि उनके शरीरमें विजातीय द्रव्यके कारण बहुत ज्यादा बाधोपन है। मेरे इलाजसे उन्हें बहुत ज्यादा फायदा हुआ। थोड़े ही दिनोंमें उनकी हालत बदल गयी। अब वह मुझ बिललाह पड़ने लगे और आत्मघातका विचार उनके बिलसे बिल्कुल जाता रहा।

इसलिये इलाजके अयालसे रोगकी परीक्षा करनेका पुराना तरीका किसी कामका नहीं है क्योंकि पुरानी रीति मिथ्या

कर ली जाय तो रोगीके चंगा होनेकी बहुत अधिक सम्भावना रहती है।

होमियोपैथी एलोपैथीसे निकली है। होमियोपैथीके अधिकतर डाक्टर पुराने तरीकेपर ही रोगकी परीक्षा करते हैं। वास्तवमें वे एलोपैथिक डाक्टरोंकी अपेक्षा खास खास रोगोंमें अधिक विशेषता प्राप्त करनेका यत्न करते हैं। हां यद् सच है कि होमियोपैथिक चिकित्साप्रणालीमें बीमारियोंकी पहचान बाहरी लक्षणोंसे की जाती है। बहुत सी बातोंमें तो इस प्रणालीकी रोग-परीक्षा हमारे नवीन चिकित्साप्रणालीसे की हुई रोग परीक्षासे बहुत कुछ मिलती जुलती है। पर होमियोपैथीकी चिकित्सा प्रणाली स्पष्ट और निश्चित नहीं है। रोगी या उसके घरवाले बीमारीके बारेमें जो कुछ बयान करते हैं उसीके आधार-पर बहुधा होमियोपैथिक डाक्टर इलाज करना शुरू कर देते हैं।

चिकित्साके संबन्धमें एक बात होमियोपैथीमें अच्छी है कि इस चिकित्सा प्रणालीके अनुसार बहुत थोड़ी मात्रामें ओषधिका प्रयोग किया जाता है। इससे शरीरको उतना नुकसान नहीं पहुँचता जितना कि अधिक मात्रामें ओषधिका प्रयोग करनेसे शरीरको हानि पहुँचती है वलिक स्वल्प मात्रामें ओषधिका प्रयोग करनेसे एक प्रकारकी उत्तेजना आ जाती है। अमाग्यसे ऐसे होमियोपैथिक डाक्टर भी हैं जो रोगियोंको जहरीली ओषधियाँ अच्छी खासी मात्रामें देते हैं।

“मैग्नेटोपैथी” में रोगकी कोई परीक्षा नहीं की जाती। इसका

इलाज तब बीमारियोंमें एक हो सा रहता है । इसलिये एक प्रकारसे “मैग्नेटोपेथी” के डाक्टर यह सिद्ध करते हैं कि बीमारी एक ही है । “मैग्नेटोपेथी” के डाक्टर रोगीका इलाज करनेके वक्त यह जाननेको भी कोशिश करते हैं कि बीमारीका स्थान कहा है अर्थात् बहुतके किस खास हिस्सेपर बीमारी अपना असर डाले हुए है । लेकिन बहुतसे लोगोपर इस प्रणालीके अनुसार बने हुए चुम्बक पत्थरके यंत्रका असर नहीं पड़ता और बहुतोंपर सिर्फ बहुत ही थोड़ा असर पड़ता है । इसलिये इस प्रणालीके अनुसार रोगको परीक्षा भी वैसी हो अनिश्चित है जैसी कि रोगकी चिकित्सा । हां, बहुत सी दशाओंमें इस प्रणाली द्वारा चिकित्सा करनेसे अच्छे नतीजे हासिल हो सकते हैं ।

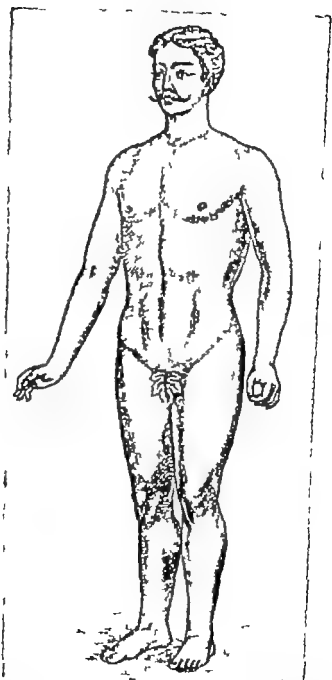
अन्तमें हम ‘नेचर क्योर सिस्टम’ अर्थात् प्राकृतिक चिकित्सा प्रणालीकी ओर आते हैं इस प्रणालीमें रोगकी परीक्षा करनेका कोई खास तरीका नहीं दिया गया है । इसमें कोई सन्देह नहीं कि ठचित्त मोजनके द्वारा रोगकी चिकित्सा करनेवाले डाक्टरमें धीरे धीरे अभ्यास करते करते आम तौरपर रोगीकी दशा मालूम करनेकी शक्ति आ जाती है । किन्तु यह ज्ञान उसे सिर्फ मोटे तौरपर बिना किसी आधारके पैदा होता है । यदि किसी डाक्टरके द्वारा पुरानी प्रणालीके अनुसार रोगीकी परीक्षा कर ली गयी हो तो प्रायः प्राकृतिक चिकित्सा प्रणाली के डाक्टरको सन्तोष हो जाता है । यदि प्राकृतिक चिकित्सा प्रणाली के अनुसार चिकित्सा करनेवाला स्वयं एक योग्य डाक्टर है तो

बीमारीसे मनुष्यकी चेष्टा भी बदल जाती है, पर वह तबतक नहीं दिखलाई पड़ सकती जबतक कि मनुष्यके शरीरमें अत्यधिक परिवर्तन न हो जाय। स्थूल और भारी शरीरकी क्रिया स्वस्थ शरीरकी अपेक्षा भिन्न प्रकारकी होती है। अतएव शरीरकी चेष्टा और कार्यसे भी निश्चय हो सकता है कि अमुक मनुष्य स्वस्थ है या नहीं। आकृति निदानमें शरीरकी बनावट, चेष्टा, रङ्ग और गतिकी ओर ध्यान दिया जाता है। पर पहले हमें स्वस्थ मनुष्यकी पहिचान मात्तूम होनी चाहिये क्योंकि इसके बिना हम पता नहीं लगा सकते कि किस मनुष्यके शरीरमें क्या रोग है।

स्वस्थ मनुष्य

स्वस्थ मनुष्यका वर्णन करना सहज नहीं है, क्योंकि आजकल पूर्ण स्वस्थ मनुष्य मुश्किलसे मिलते हैं। वनमें बीमार पशु बहुत ही कम पाये जाते हैं। इसलिये उनकी स्वाभाविक आकृतिका पता लगाना सहज है पर सम्य मनुष्यकी वशा इस के विपरीत है। क्रम क्रमसे बहुत खोज और परिश्रमके बाद में इस बातका चित्र खींचनेमें समर्थ हुआ कि मनुष्यका शरीर स्वाभाविक रूपसे कैसा होना चाहिये। वास्तविक स्वास्थ्य की दशाका अनुमान मैंने पहले पहल शरीरके कामोंसे लगाया, क्योंकि जो शरीर स्वस्थ होगा वह अपने सब काम उचित रीति से किसी कठिनाई और कष्टके बिना पूरा करेगा। उसे अपने काममें किसी कृत्रिम सहायता तथा उद्योगवादी आवश्यकता न

चित्र सं० १—स्वाभाविक आकृति (२ फ)



देखिये कुल शरीरको बनाम कितनी सुन्दर और सु-

है। अंगोंका उतार चढ़ाव बहुत ही सुघट और गोलाकार है जिससे शरीरकी शोभा बढ़ गयी है। सिर जैसा चाहिये वैसा ही है। सिर चिकना है पर उसमें वह चरघीदार मादा नहीं है जिससे सिर अक्सर गद्दीकी तरह दिखलायी पड़ता है। आँखें बड़ी और साफ, नाक सीधी, मुँह मन्द, चेहरा गोल अण्डाकार कामके ठीक नीचे एक लकीर सी है जिससे चेहरेकी गोल बना घट साफ तौरपर मालूम पड़ती है। गरदन गोल और स्वाभाविक है। छाती मेहरायदार और सुडौल है। टाँगें मीची और पुष्टीदार हैं। जाँघोंको अलग करनेवाली लकीर साफ दिखलायी पड़ती है।



पड़ेगी। भोजनको पचाना और शरीरके भीतरी मलको बाहर निकालना जीवके लिये आवश्यक काम है। स्वस्थ मनुष्यको भूल लगती है और यह भूय प्राकृतिक खुराकसे मली मांति दूर हो जाती है। पेटको ठूस ठूसकर भरनेसे एक तरहकी पीड़ा वेने पाला भाय शरीरमें उत्पन्न होता है, पर प्राकृतिक खुराकसे ऐसा नहीं होता। पेटके अन्दर पचानेका काम आप ही आप ऐसी शांतिसे जारी रहता है कि मनुष्यको पतातक नहीं लगता। खानेके बाद किसी तरहका भारीपन अनुभव करना और कोई घटपटी चीज खाने या कोई तेज चीज पीनेकी इच्छा करना प्रकृतिविप्लव है, रोगका चिह्न है। प्यास बुझानेके लिये केवल सादे पानीकी इच्छा होना ही आवश्यक है।

सूत्र—पेशाब शुद्ध या घृष्टसे बनकर मूत्राशयमें आता है। पेशाबके समय किसी प्रकारकी पीड़ा या उसमें अधिक गर्मी न होनी चाहिये। रग, भम्बरी या सूखे प्यालका सा होना चाहिये। पेशाब करनेके बाद जिस जगह पेशाब किया जाय वहां कोई बालूदार और सफूफ जैसी चीज भी न जम जानी चाहिये। उसकी महक न तो मीठी और न कड़वी होनी चाहिये।

मल—स्वस्थ मनुष्यका मल गोल और समीप शक्त होता है। मल रेंधा होना चाहिये, पर साय ही कड़ा न होना चाहिये। स्वस्थ मनुष्यका मल गुदाद्वारसे इस तरह निकलता है कि वह अङ्ग पिलकुल गन्दा नहीं होने पाता। साधारणतः पाचनेकी रोगत हरी और सफेद नहीं बल्कि बादामी और सूरी होती

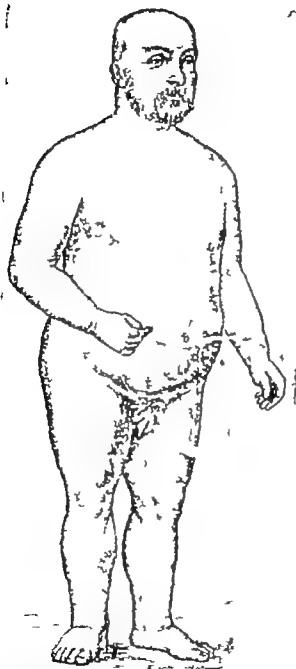
चाहिये, पाखाना पतला और छूनदार कमी न होना चाहिये, उसमें कीड़े भी न पड़े रहने चाहिये ।

जैसे कड़ा, गोल, काला दस्त बीमारीकी पहचान है वैसे ही पतला दस्त भी हमेशा रोगका चिह्न है ।

त्वचा—स्वस्थ मनुष्यके चमड़ेसे पद्यू न निकलना चाहिये । यथा, उसका चमड़ा उन जानवरोंके चमड़ेकी तरह न होना चाहिये जो दूसरे पशुओंका मांस खाते हैं । खासकर त्वचाकी दुर्गन्धि घेसी कमी न होनी चाहिये जैसी लाश खानेवाले जानवरोंकी होती है । चमड़ेमें नमी तो होनी चाहिये पर उसमें गीलापन न होना चाहिये । छूनेमें कुछ गरम और ऊपरी तल सुन्दर, चिकना, और लोचदार होना चाहिये । घालघाले अंग सुन्दर वालोंसे अच्छी तरह ढके रहने चाहिये क्योंकि गंजापन रोगी शरीरकी पहचान है ।

फेफड़े—स्वस्थ शरीरमें फेफड़े अपना काम बिना किसी कठिनाईके करते हैं । हवा नाकके द्वारा भीतर जानी चाहिये, प्रकृतिने नाकको नास लेनेके ही लिये बनाया है । दिनमें सोते हुए मुह खुला रखनेके स्वभावसे बीमारीकी पहचान होती है । जब स्वस्थ मनुष्य मेहनतका काम करता है, उसके शरीरमें थकावट होते ही पता लग जाता है कि थक वह उचितसे अधिक परिश्रम कर रहा है, पर स्वस्थ मनुष्यकी थकावट कमी कष्टकर नहीं होती । उससे ऐसा आराम मिलता है कि आदमी सुखकी नींद सो सकता है ।

चित्र स० २—कुल बदन भारोपनसे सदा दुग्धा है (४ क)



देखिये इस भारोपनका क्या होता है, ये डील और

हुमा है। सिर अत्यन्त मोटा, माथा झुका हुआ और चर्चोंसे इतना भरा हुआ है कि देखनेमें गहरीकी तरह मालूम पड़ता है। माथेका सिंग गंजा हो गया है। आँख माधी बन्द सी है। नाक सूजी हुई है। मुँह कुछ कुछ खुला है। चेहरेको गरदनसे अलग करनेवाली लकीर गायब है। गरदन बहुत ही छोटी और बहुत ही मोटी है। गरदनके पीछे सिरको गरदनसे अलग करनेवाली लकीर गायब है। पेट हृदयसे ज्यादा फूला है। उसमें पीप्टिक मोजन बहुत ज्यादा पहुँचाया गया है। दाँगे बहुत ही छोटी और बहुत ही मोटी है।



स्वस्थ मनुष्यकी मित्रा मधुर, शान्त और निर्विघ्न होती है। जागनेपर स्वस्थ मनुष्य प्रसन्न, तत्पर और सन्तुष्ट जान पड़ता है, उसमें आलस्य या चिड़चिड़ापन नहीं होता। स्वस्थ मनुष्यको कभी आकस्मिक गमीर मानसिक पीड़ा होनेपर भी वह शीघ्र ही फिर प्रसन्नचित्त हो जाता है। प्रकृतिने हमें भाँख इसीछिये दिये हैं जिसमें हम दो बार घूँद भाँख गह्राकर अपने बिलके घोसको हलका करें।

इन सब चिह्नोंको आप इन्द्रियोंद्वारा, किसी कृत्रिम उपायके बिना सहज ही अनुभव कर सकते हैं। इनमेंसे अधिकतर चिह्न तो आप आँखोंसे ही देख सकते हैं।

इन सब बातोंकी परीक्षा जीवित मनुष्योंपर की गयी है। आप इसकी सच्चाईकी परख जब चाहें स्वयं कर सकते हैं। किसी मुर्देपर जाँच करनेसे वास्तविक तात्पर्य सिद्ध नहीं हो सकता। जो मनुष्य उपर्युक्त रीतिसे पूर्ण स्वस्थ है उसके शरीरकी घनाघट अवश्य ही ठीक तरहकी होती है अर्थात् उसके शरीरमें कोई विजातीय द्रव्य नहीं रहता।

अतएव मैंने एक भी पूरी तरहसे स्वस्थ मनुष्य नहीं देखा। हाँ, साधारण स्वस्थ मनुष्य प्रायः मिले हैं। इन्हींपर जाँच कर के मैंने पता लगाया है कि स्वाभाविक रूपसे शरीरकी घनाघट कैसी होनी चाहिये। स्वस्थ मनुष्यकी आकृति सौन्दर्यमें आकर्षक बहुत कुछ पहुँचती है। यवनानके पुराने कारीगर और मूर्तिकारोंकी सभी सुन्दर मूर्तियाँ मिलती हैं। उन मूर्तियोंकी

शक्ते बहुत कुछ हमारे आदर्शतक पहुँचती हैं। हमारे वर्तमान कारीगर और मूर्तिकार इन्हीं मूर्तियोंको अपना आवर्श मानते हैं। उनकी दृष्टिमें आत्मकलके वह सब आये पिये और मोटे ताजे तोंदिल स्त्री, पुरुष, सुन्दर नहीं हैं जिन्हें साधारण लोग सुन्दर समझते हैं।

स्वामाविक आकृतिकी कुछ पहचान है। स्वामाविक आकृति कैसी होनी चाहिये इसका पता आपको चित्र नम्बर १, ३, ४, ६ और १४ से लग जायगा। अब हम स्वामाविक आकृतिके चिह्न दिखलायेंगे।

स्वामाविक रूप

(१)-शङ्ख—स्वामाविक रूप हर तरहसे हर अङ्गमें सुडौल होता है। कोई अङ्ग देखनेमें भद्दा नहीं जान पड़ता। न० १ के चित्रका न० २ के साथ मिलान करनेसे तत्काल मालूम हो जायगा कि पहला चित्र एक सुन्दर मनुष्यका और दूसरा एक बेडौल मनुष्यका है, दूसरे चित्रवाले आदमीका शरीर फूला हुआ है और घड़के हिसाबसे उसकी टांगें बहुत ही छोटी हैं। घड़ उचितसे अधिक लम्बा है, और गर्दन तो मानों बिलकुल गायब ही हो गयी है।

स्वामाविक आकृतिमें सिर मध्यम बड़का और गर्दन न बहुत छोटी और न बहुत लम्बी है। न समरी हुई है। उसका घेरा दाँगकी पिण्डलीके बराबर है, छाती महाराबदार है। पेट निकला हुआ नहीं है। न घड़ नीचेकी ओर बड़ा हुआ है।



टांगोंकी घनाघट मजबूत है । न अन्दर झुकी हैं और न बाहर ।

स्वामाधिक रूपसे स्वस्थ मनुष्यके यह विशेष गुण भी ध्यान देने योग्य हैं । माथेमें सिक्कड़न न होनी चाहिये । माथा चिकना होना चाहिये । कोई ऐसा मादा न होना चाहिये कि वह गद्दीकी तरह दिखाई पड़े । भौंलें साफ होनी चाहिये । उनमें नसोंका दीखना ठीक नहीं है । नाक चेहरेके बीच और सीधी होनी चाहिये । न तो बहुत मोटी हो न बहुत पतली । दिनमें और रातके समय भी मुह सदा खुल रहना चाहिये । मोठ सुन्दर और पतले । मोठका मोटा होना भद्दापन है । चेहरा कोनेदार नहीं बल्कि गोल अण्डाकार होना चाहिये । कानके ठीक नीचे एक ऐसी साफ लकीर होनी चाहिये जिससे चेहरेकी गोल घनाघट साफ सौरपर मालूम पड़ सके । उसी लकीरके कारण आदमीके चेहरेकी सुन्दरता और सुखीलपन बढ़ता है । अधिकतर लोग स्वामाधिक रीतिसे इस तरहके चेहरेकी सुन्दरतापर विशेषतः आकर्षित होते हैं पर स्पष्टरूपसे घतला नहीं सकते कि उस चेहरेमें क्या सुन्दरता है ।

झुकी नुकीली नहीं बल्कि गोल होनी चाहिये । सिरके पीछेवाले हिस्से और गर्दनके बीचमें एक ऐसी साफ लकीर होनी चाहिये जिससे सिरका पीछेवाला हिस्सा गर्दनसे भलग मालूम पड़े ।

(२) रक्त—चेहरेका रक्त न खो पीला न हलका न अर्ध और न बहुत लाल होना चाहिये । सबसे ऊपर यह बात है कि

प्रकारका मल रक्तनेसे ही यादीपन पैदा होता है। तभी उसकी आकृतिमें अन्तर पड़ जाता है। अब प्रश्न यह है कि यह विजातीय द्रव्य जो शरीरका कोई अङ्ग नहीं है और इसलिये जिसका नाम मल या विष होना चाहिये—मनुष्य शरीरमें किस तरह प्रवेश करता है? यह द्रव्य उसी तरह शरीरके अन्दर प्रवेश करता है जिस तरह कोई दूसरा द्रव्य यदनके अन्दर जा पहुँचता है।

पहले पहल तो विजातीय द्रव्य शरीरके मलमूत्रवाहक इन्द्रियोंके भासके अङ्गोंमें जमा होता है। यह विजातीय द्रव्य कुछ कालनक तो छोटे छोटे रोगों द्वारा—जैसे कि दस्तकी बीमारी—अत्यन्त पसीना और बहुत ज्यादा पेशाबके द्वारा शायद निकल सकता है। इस तरहसे कभी कभी तो शरीरके अन्दर बहुत ज्यादा जमा हुआ सड़ा पदार्थ भी निकल जाता है। तथापि साधारणतः कुछ न कुछ गंदा पदार्थ शरीरमें रह ही जाता है या नया पदार्थ फिरसे जमा हो जाता है। शरीरके जिन भागोंमें विजातीय द्रव्य जमा रहता है वहाँ बड़ी तेज गर्मी पैदा होती है। वही गर्मीसे दस्तकी यदौलत विजातीय द्रव्यमें भी एक तरहका परिधर्तन हो जाता है। गर्मी पैदा होनेसे शरीरके अन्दर एक तरहका खमीर या जोश उठता है और उसी खमीर या जोशके जरियेसे एक तरहकी गैस या हवा पैदा होती है। यह हवा कुछ तो यदनके खमड़ेके छुराखोंके द्वारा बाहर निकलती है और कुछ शरीरके भीतर ही ठोस बनकर जम जाती है। यही जमा हुआ पदार्थ शरीरमें यादीपन पैदा करता है। विजातीय द्रव्य कई ओर

जमा होता है। उसीके अनुसार वादीपन भी कई किस्मका होता है।

पेट और आते जब एक बार कमजोर पड़ जाते हैं और उनमें विजातीय द्रव्य व्याप जाता है तो प्राकृतिक और स्वास्थ्य कर भोजन भी ठीक ठीक नहीं पचाया जा सकता। भली भाँति न पचा हुआ समस्त भोजन विजातीय द्रव्य बन जाता है, एक बार भी सड़ा गला मल इस तरहसे इकट्ठा होना आरम्भ हो जानेसे फिर यह काम तेजीसे बढ़ता रहता है और शरीरमें प्रायः गड़बड़ होने लगता है। इसीलिये बालकोंको अनेक रोग घर दधाते हैं। ये रोग मुख्यतः विजातीय द्रव्यको निकालनेके लिये ही होते हैं।

प्रायः विजातीय द्रव्य रोमकूपों और फेफड़ोंके द्वारा ही शरीरमें प्रवेश करता है। यद्यपि ऐसा विजातीय द्रव्य बहुधा फिर बाहर निकाल दिया जाता है तथापि कुछ दशाओंमें वह शरीरके भीतर संचित होकर वादीपन पैदा करता ही है।

पाचनशक्ति अच्छी होनेसे तो शरीरमें इतनी काफी ताकत रहती है कि वह फेफड़ोंके द्वारा भीतर आये हुए किसी विजातीय द्रव्यको बाहर निकाल देता है पर पाचनशक्तिकी दुर्बलताएं निकालना असमर्थ होता है। गंदी हवामें रहनेसे हमारे शरीरके अन्दर बिलकुल उसी तरह और उनना ही ज्यादा विजातीय द्रव्य प्रवेश करता है जितना और जिस तरह कि अप्राकृतिक भोजनके द्वारा शरीरके अन्दर प्रवेश करता है।

चित्र स० ५ — सामनेवाला माशीपन (१० क)



सिर जैसा चाहिये वैसा ही है । माथेमें भुरियां पड़ी हुई हैं । मांखें स्वामाधिक डककी हैं । नाक भी स्वामाधिक डककी है । गालोंमें तिकुइन पड़ी हुई है । मुंह स्वामाधिक प्रकारका है । उभरे लिहाजसे चेहरा स्वामाधिक प्रकारका है, पर कानके नीचे चेहरेको गरदनसे जुदा करनेवाली लकीर बहुत पीछेकी ओर खली गयी है । गरदन सामनेकी ओर बढ़ी हुई है, पर गरदनके पीछे सिरसे गरदनको बलग करनेवाली लकीर स्वामाधिक प्रकारकी है ।

कमी कमी तो ऐसा मल या विष यदनके बाहर निकलनेके लिये आप ही आप यनायटी रास्ता निकाल लेता है। इस तरहके रास्ते फोड़े, फुंसी, घाव, नासूर भगन्दर, पैरोंका पसीजना, रक्तस्राव इत्यादि हैं। इन दशाओंमें शरीरके अन्य भाग प्रायः स्वस्थ जान पड़ते हैं क्योंकि तब वादीपनसे तकलीफ नहीं मिलती। इस तरहके रास्ते सिर्फ उसी वक्त आप ही आप धन जाते हैं जब कि यदनके अन्दर बहुत अधिक विजातीय द्रव्य भरा रहता है। जैसे फोड़ा, फुंसी होनेपर डाक्टर लोग चीरा लगाते हैं वैसे ही मनुष्यका शरीर भी या तो आप ही आप इन बीमारियोंके द्वारा चीरा लगाता है या इस तरहके फोड़े और घाव वगैरह कोई तेज और उभाड़नेवाला कारण होनेपर ही पैदा होते हैं।

उस रास्तेको एक दमसे एकाएक बन्द कर देनेसे जो द्रव्य बहकर बाहर निकल जाना चाहिये वह यदनके किसी हिस्सेमें जमा हो जाता है। इसका असर फौरन देनेमें आता है, क्योंकि जिस भागमें विजातीय द्रव्य जम जाता है वह या तो सूख जाता है या उसमें नाधुर हो जाता है।

मैं यहां कुछ आंशों वैसे उदाहरण देना चाहता हूँ।

(१)—एक आदमीको करीब दस बरससे खूनी दवा सीरुकी बीमारी थी। अन्तमें बीमारी बढ़ जाने और बहुत ज्यादा खून गिरने लगनेपर उसने इलाज शुरू किया। पहले तो अपने डाक्टरकी बतलायी मामूली दवा इस्तेमाल की, पर कोई फल नहीं

विजातीय द्रव्य पहले तो भरसक शरीरमें नहीं पहुँचता । अगर भक्तस्मात् पहुँच भी जाता है तो जल्द बाहर निकाल दिया जाता है, क्योंकि प्रकृतिने शरीरमें ऐसी रचना कर रखी है कि यदि कोई हानिकारक पदार्थ भीतर चला आय तो फौरन निकाल बाहर किया जाय ।

स्वस्थ शरीरकी अंतर्द्वियां, गुर्दे, चमड़े और फेफड़े निरर्थक वस्तुको बुर करते रहते हैं । पर यदि बहुत अधिक विजातीय द्रव्य शरीरके अन्दर चला जाता है तो अंतर्द्वियां, गुर्दे, फेफड़े वगैरह उसे पूरी तरहसे नहीं निकाल सकते और विजातीय द्रव्यका कुछ हिस्सा भीतर रह ही जाता है ।

अधिकतर यन्त्रे गर्भावस्थामें ही विजातीय द्रव्यसे बहुधा इतना छद् जाते हैं कि वे बीमार ही पैदा होते हैं । इस तरहके बहुतसे बालक वक्षपनमें ही मौतके शिकार बन जाते हैं ।

बच्चोंको आरम्भमें क्या खुराक दी जाय यह प्रश्न बड़े महत्वका है । भोजन प्राकृतिक होगा तो शरीर भी प्राकृतिक रूपसे बढ़ेगा । बच्चेके लिये प्राकृतिक भोजन केवल माताका दूध है । पर दुर्भाग्यवश बहुतरे बच्चोंको माताका दूध नसीब नहीं हो सकता क्योंकि प्रायः माताओंका शरीर विजातीय द्रव्य से इतना भरा रहता है कि दूध बिलकुल नहीं पैदा होता । ऐसी दशामें माँके दूधके बदले कोई दूसरी चीज देनेकी जरूरत पड़ती है पर दूसरी कोई चीज माताके दूधकी बराबरी कभी नहीं कर सकती । पैदा होनेके बाद पहले कुछ महीनेतक तो बकरी

या गायका घिना उयाला हुमा दूध सबसे अच्छा है। उबाले हुए दूधसे और खास करके उस दूधसे जो आजकलकी डाक्टरी रीतिसे "निर्जीव" कर दिया जाता है कितना नुकसान पहुँचता है इसका प्रमाण आपको चित्र नं० ४६, ५०, ५१ के देखनेसे मिल सकता है। ये चित्र असली फोटोसे नकल किये गये हैं।

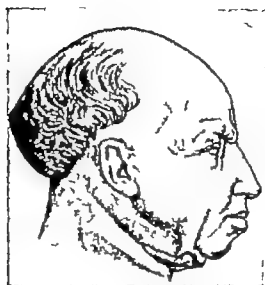
अप्राकृतिक भोजन कभी पूरी तरह नहीं पहुँच सकता। यदि प्रतिदिन अप्राकृतिक भोजन किया जाय तो यही दशा हो जायगी जो ऊपर लिखी गयी है, क्योंकि शरीरमें अंतर्द्विया, गुर्दे और फेफड़े धीरे-धीरे ठीक ठीक तरहसे उस द्रव्यको बाहर नहीं निकाल सकते जो शरीरके लिये किसी कामका नहीं रह गया है। इसके साथ ही शरीरके अन्दर असली पौष्टिक-पदार्थकी कमी होनेसे स्वास्थ्यको हानि पहुँचती है।

(२)—एक लीकी उम्र तीस वर्षकी थी। उसे बहुत दिनोंसे दस्तोंकी बीमारी थी। जिससे यह पता लगाता था कि स्वभाव या शरीर विजातीय द्रव्योंको दस्तोंद्वारा निकाल रहा है।

डाक्टरकी दवासे दस्त तो बन्द हो गये पर उसके बाद ही गहरा कब्ज शुरू हुआ। विजातीय द्रव्य ऊपरकी ओर चढ़ने लगा और तीन हफ्तेके अन्दर गर्दनके ऊपर घेसी ही सूजन हो गयी जैसी कि चित्र नम्बर १२में दिखायायी गयी है। उस लीको फौरन पता लगा गया कि यह सूजन डाक्टरकी दवाओंका मतीजा है।

दस्तकी बीमारी बन्द हो जानेके बाद अगर गर्दनके ऊपर सूजन फौरन ही न होकर धीरे-धीरे होती तो उसे यही निश्चय होता कि जो दवा मैंने खायी है वह फायदेमन्द है।

चित्र स० ७—सामनेवाला मादीपन (१५ क)



तिरका कद जैसा चाहिये वैसा ही है। माथा तिरपर गंजा है, पर उसमें चर्बीदार गद्दी नहीं है। नाभि निस्तेज और आलस्यसे भरी हुई है। नाक सीधी और मुड़ील है। मुहके नीचेवाला भोंठ सूजा हुआ है। ऊँची बढी हुई है। चेहरसे गरदनको जुदा करनेवाली लकीर कामके बहुत पीछे चली गयी है। मुहका नीचेवाला भाग बहुत ही ज्यादा मरा हुआ है। गरदन सामनेकी ओर बहुत बढ़ी हुई है। गरदनके पीछे तिरको गरदनसे अलग करनेवाली लकीर स्थायीक प्रकारकी है।

अमाग्यसे लोगोंके क्यालमें यह बात बिलकुल नहीं आती कि दवाओंके जहरसे कितना ज्यादा नुकसान पहुँच सकता है।

पैरका पसोजमा पन्द हो जानेपर भी अक्सर गर्दन सूख जाती है और कभी कभी सिरमें यादीपन भी आ जाता है। इसके साथ ही थकत ही कमजोरी और दिमागकी गड़बड़ी भी पैदा हो जाती है। अक्सर विजातीय द्रव्य फैफड़ा, दिल और शरीरके अन्दर दूसरे हिस्सोंमें चला जाता है। वास्तवमें यह कहा जा सकता है कि शरीरके अन्दरवाली अधिकतर बीमारियाँ और खास करके क्षयकी बीमारी इसलिये पैदा होती है कि ऊपर लिखे हुए तरीकेसे बीमारियोंके याहरी चिह्न दवा दिये जाते हैं।

खांसी इस तरहका एक चिह्न है, क्योंकि खांसीके द्वारा जो कफ बाहर निकलता है उसके साथ थकत सा विजातीय द्रव्य बाहर निकल जाता है। यदि ओपधिद्वारा या उचितसे अधिक गर्मी पहुँचानेसे या ताजी हवामें न रहनेसे कफका आना पन्द हो जाता है तो शरीरकी और खास करके फैफड़ेकी हालत पहलेसे बुराय हो जाती है।

विजातीय द्रव्य सीधे खूनके अन्दर आ सकता है। मामूली तरीकेसे घूम फिरकर जो विजातीय द्रव्य शरीरके अन्दर आता है वह उतना नुकसान नहीं पहुँचाता जितना कि सीधे खूनके अन्दर पहुँचनेवाला विजातीय द्रव्य पहुँचाता है। साँपका काटना इस बातका एक अच्छा उदाहरण है। साँपके काटनेसे जहर सीधे खूनमें पहुँचता है। इसलिये यह जहर बड़ी ही तेजी

से काम करता है और उसके सवयसे खूनमें एक तरहका वफान और कच्चे दूधका घुषार पैदा होता है। लेकिन अगर सापका जहर उतनी ही मात्रामें पेटके अन्दर पहुँचाया जाय तो कोई बड़ा नुकसान न होगा क्योंकि पेटमें जाकर उसका असर मारा जाता है और उसका कुछ हिस्सा आंतोंके द्वारा बाहर निकल जाता है। पागल कुत्तेके काटनेसे भी यही हालत होती है।

इस तरह जितने विजातीय द्रव्य सीधे खूनके अन्दर जाते हैं सभी ऐसी तेज़ीके साथ अपना काम नहीं करते और न उनका परिणाम ही सदा प्राणघातक होता है। पर विजातीय द्रव्यसे किसी न किसी सूरतमें नुकसान जरूर पहुँचता है। अगर किसी मौकेसे विजातीय द्रव्य घाघेके द्वारा खूनके अन्दर प्रवेश करे तो इससे बड़ी शोचनीय घटना हो सकती है। अगर इस तरहका विजातीय द्रव्य खूनके अन्दर जान बूझकर पहुँचाया जाय तो ऐसा करना एक बड़ा मारी जुर्म होगा। टीका लगानेकी प्रथा एक ऐसी भूलसे भरी हुई प्राणघातक प्रथा है कि उसके जोड़की मिसाल इतिहासमें मिलना मुश्किल है। गत शताब्दीका पाश्चात्य सभ्यताका बनाया हुआ यह अति खेदजनक स्मारक है। यदि मनुष्य आति सवाके लिये धीमार और कमजोर नहीं होना चाहती तो उसे अब उचित समय है कि टीका लगानेकी प्रथा विलकुल बन्द कर देने चाहिये। यह सच है कि जो आदमी कुछ भी स्वस्थ होगा उसका शरीर उस जहरका कुछ हिस्सा

चित्र सं० ८—सामने और बगलवाला बार्दापन (१६ फ)



तिरकी आकृति स्वामायिक प्रकारकी है । माथा चिकना और खर्योदार गद्दीसे ढाली है । भोंखें स्वामायिक प्रकारकी हैं । नाक स्वामायिक प्रकारकी है । भोंठ घट्टा उधादा मोटे हैं । चेहरेको गरदनसे जुदा करनेवाली लकीर गायब है । बाईं ओरकी अपेक्षा दाहिनी ओर चेहरा उधादा मरा और उधादा लम्बा है । गरदन सामनेकी ओर बहुत सूजी हुई है, बगलकी ओर भी कुछ कुछ सूजी हुई है । गरदनके पीछे तिरको गरदनसे जुदा करने वाली लकीर स्वामायिक प्रकारकी है ।

फिर यादर फेंक देगा। साधारणतः जहाँ टीका लगाया जाता है वहींसे जहर यादर निकल जाता है। जिस हिस्सेपर टीका लगाया जाता है वह हिस्सा सूज जाता है और वहाँपर कुछ पीप आ जाती है। लेकिन कुछ थोड़ा बहुत घिप प्रायः शरीरमें रह जाता है। यदि शरीरमें शक्ति बहुत कम हुई तो वह अहरीले पदार्थको कठिनातासे यादर निकाल सकता है। इसलिये उस अहरीले पदार्थका अधिकांश शरीरके भीतर ही बना रहता है। इस तरह के लोग फिर दूसरी या तीसरी मर्तवा टीका लगावाते हैं क्योंकि डाक्टरोंकी समझमें उनका पहला टीका “असफल” गिना जाता है। असलमें जो यात टीका लगानेमें “सफलता” के नामसे गिनी जाती है वह अमान्यसे लाभदायक नहीं बल्कि हानिकारक है क्योंकि जो (यादरी चीजें) “विजातीय द्रव्य” शरीरके अन्दर हैं उनमें नया विजातीय द्रव्य आकर और भी मिल जाता है।

मलजनित विकार

लेसा कि ऊपर कह आये हैं विजातीय द्रव्य शरीरके भीतर नयी चीज होनेसे उचित स्थानपर पहुँचनेका यत्न करता है। इस तरहका विजातीय द्रव्य पहिले पाखाना और पेशाबके रास्तेके पास पेटमें जमा होता है। पर ज्यों ही यह क्रिया आरम्भ होती है त्यों ही सड़ा हुआ विजातीय द्रव्य अधिक दूरके अङ्गुलीमें जैसे कि सिर और पाखुनोंमें अपना घर करने लगता है। अगर कोई खराब हालत नहीं होती तो

विजातीय द्रव्यके घटवारेका काम बहुत धीरे धीरे जारी रहता है। विजातीय द्रव्य साधारणतः शरीरके एक सिरेसे दूसरे सिरे तक जानेकी कोशिश करता है। शरीरके एक सिरेसे दूसरे सिरे तक जानेमें विजातीय द्रव्यको गलेके तंग रास्तेसे होकर गुजरना पड़ता है। गलेके रास्तेमें जमा हुआ विजातीय द्रव्य सबसे अधिक आसानीके साथ दिखलाई पड़ सकता है॥ पहले तो मलके वहां जम जानेके बाद ऐसा मालूम पड़ता है कि मानों वह हिस्सा कुछ बढ़ गया हो, इसके बाद वहां सूजन या गांठ सी पड़ जाती है। अनाड़ी आदमी इस विषयमें सहज ही धोखेमें आ सकता है, उसे वहां कोई भारीपन या सूजन न मालूम होगी, पर परीक्षासे पता लगेगा कि गलेपर कड़ी लकीरें सी पड़ी हुई हैं जिनसे गला टेढ़ा या बेडौल हो गया है। इस वृत्तिमें सिरकी गति विशेषरूपसे अस्वाभाविक होगी, रंगत भी अक्रांतिक अर्थात् साधारणतः भूरी, बादामी या उचितसे अधिक लाल होगी।

प्रायः साधारण आकृतिसे भी शरीरके भारीपनका बहुत कुछ ठीक ठीक अनुमान हो सकता है पर और दृश्याभ्यासमें प्रत्येक बातको होशियारीसे देखे बिना बीमारीका स्पष्ट रूप नहीं मालूम होता।

गले और सिरकी सूजन पेटकी सूजन सी होती है और वह दोनों हिस्सोंमें समान रूपसे बढ़ती है। पर कमी कमी पेटका विजातीय द्रव्य घट जाता है और गलेवाला बढ़ जाता है।



सिर और सास करके उसका ऊपरी हिस्सा बहुत ही पड़ा है जिससे सूचित होता है कि लड़का उचित समयके पहले ही प्रौढ़ हो गया है। माथेमें खर्बोंका अंश अधिक है जिससे माथा गहीदार हो गया है। मांछें कुछ कुछ सङ्कुचित हो गयी हैं। नाक और मुहकी आकृति स्वामाधिक प्रकारकी है। चेहरेको गरदनसे जुड़ा करनेवाली लकीर कानके बहुत पीछे घसी गयी है। गरदन स्वामाधिक प्रकारकी है, छेकिल सिरपर ठनाव मासूम पड़ता है, जिससे सिर पीछेकी ओर घट गया है। गरदनके पीछेकी ओर सिरसे गरदनको जुड़ा करनेवाली लकीर स्वामाधिक प्रकारकी है।

जल चिकित्सासे गलेका विजातीय द्रव्य घट जाता है और पेटवाला साथ ही बढ़ जाता है।

पेटसे चलकर सिरतक पहुँचनेमें विजातीय द्रव्य सदा एक ही मार्गसे नहीं जाता। यह यात शायद उन मिश्र मिश्र अंगोंकी शक्तिपर निर्भर है जिनके मार्गसे होकर यह मल चलता है। मनुष्य साधारणतः जिस करघद सोता है उसपर भी यह यात कुछ कुछ निर्भर है। इस तरह मल शरीरके सामनेवाले भागमें या एक ओर अथवा पीछेकी ओर सबसे अधिक अंशमें रहता है। इसलिये शरीरका वादीपन तीन तरहका हो सकता है—

(१) शरीरके सामनेवाला वादीपन।

(२) शरीरके बगलवाला वादीपन।

(३) शरीरके पीछेवाला वादीपन।

बगलवाला वादीपन बाहिनी ओर भी हो सकता है और बाईं ओर भी। प्रायः एक ही प्रकारका वादीपन आवृत्तियोंमें नहीं रहता। उपर्युक्त दोनों या तीनों प्रकारके वादीपन एक साथ आकर एकट्ठे हो जाते हैं। सामने और बगलवाला या बगल और पीछेवाला या कभी-कभी कुल शरीरका वादीपन एक साथ एकट्ठा हो जाता है।

मिश्र मिश्र प्रकारके वादीपनको साफ तौरसे समझनेके लिये हम हर एकके ऊपर अलग अलग विचार करेंगे।

(क) सामनेवाला वादीपन

(देखिये तस्वीर नं० ५, ७, ३६ और ३७)

सामनेवाले बादीपनका सम्बन्ध विशेषतः शरीरके सामने-वाले हिस्सेसे है। तस्वीर नम्वर ५, ७, ३६ और ३७ इस तरहके बादीपनके उदाहरण हैं। इन्म बादीपनको मली भांति समझनेके लिये मैंने तस्वीर नं० ६ में जैसी चाहिये वैसी स्वाभाविक आकृति दे दी है। पाठक उन दोनों चित्रोंका मिलान करके दोनोंका अन्तर देखें। सामनेवाले बादीपनकी दशामें गला, सामनेकी ओर साधारणतः कुछ बड़ा रहता है (तस्वीर नं० ७) और चेहरा बहुत यड़ा और भरा हुआ मालूम पड़ता है। प्रायः केवल मुख ही आगेकी ओर निकला सा रहता है। चेहरेके बारेमें यह एक विशेष बात ध्यानमें रखनी चाहिये कि चेहरेके चारों ओर एक ऐसी लकीर सी रहती है जो सिरके दूसरे हिस्सेसे चेहरेको अलग करती है। जब सामनेकी ओर बादीपन रहता है तब यह लकीर साधारणतः अपने स्वाभाविक स्थानपर नहीं बल्कि कुछ पीछेकी ओर रहती है। (तस्वीर नं० ७, ८)। अगर सामने वाला बादीपन बहुत ज्यादा रहता है तो चेहरा फूला हुआ मालूम पड़ता है और माथेपर एक चर्बीदार गद्दी सी बन जाती है। पर इस तरहकी चर्बीदार गद्दी पीठके बादीपनमें भी रहती है। इसलिये सामनेवाले बादीपनकी यह कोई खास पहचान नहीं है। इससे केवल यह सूचित होता है कि बादीपन दिमाग-तक पहुँच गया है।

बहुत सी दशामें गलेपर गाँठ सी पड़ जाती है (तस्वीर नं० १०, ३८) इससे यह सूचित होता है कि बादीपन बहुत

चित्र स० १०—सामन और बगलवाला बादीपन (२० फ)



सिरका ऊपरी हिस्सा जरा ज्यादा बड़ा है। माथेके निचे पर चरबीका अंश ज्यादा है इससे माथा गहोदार दिखलाई पड़ता है। माँक, नाक मुँहकी आकृति स्वाभाविक प्रकारकी है। गरदनकी सतह ऊँची नीची है और उसपर गाँठे पड़ी हुई हैं जिनकी वजहसे खेहरेको गरदनसे जुड़ा करनेवाली लकीर ठीक तरहपर प्रगट नहीं होती। सिरके पीछेवाला भाग थोड़ी कमसे जाली है।

ज्यादा बढ़ गया है। इस हालतमें अगर विजातीय द्रव्य सुखा दिया जाय और पुष्टे क्षीण कर दिये जायें तो अवशेके पासवालो चेहरेकी लकीर फिर अपने स्थायिक आकारमें आ सकती है, पर गलेपरकी गांठें और उनका रङ्ग इस बातको बतलानेके लिये काफी है कि शरीरके सामनेवाले हिस्सेमें विजातीय द्रव्यका एक बड़ा समूह इकट्ठा है।

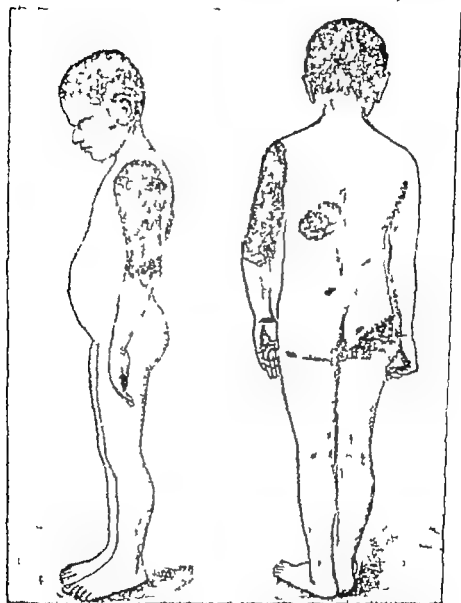
अगर बादीपन सामनेकी ओर होता है तो यदनकी रङ्ग या तो पीली या उचितसे अधिक लाल होती है और जिन हिस्सोंमें सबसे ज्यादा बादीपन होता है वे बहुत ज्यादा तने रहते हैं और वेजनेमें समकक्षर मालूम पड़ते हैं।

सिरकी गतिपर भी बहुत ध्यान देनेकी आवश्यकता है। सामनेवाले बादीपनमें सिर सरलतासे पीछेकी ओर नहीं घुमाया जा सकता। घूमनेकी कोशिश करनेसे गरदनपर बड़ा तनाव दिखलाई पड़ेगा (तस्वीर नं० ३८)। ऐसी दृश्यां छोटी या बड़ी गांठें, जो साधारणतः नहीं दिखलाई पड़तीं, साफ जाहिर हो जाती हैं।

इस प्रकार समान मात्रसे कुछ देहरा या उसके विशेष भाग विजातीय द्रव्यके एकत्र होनेसे कुछ न कुछ अवश्य बिगड़ जाते हैं। कभी कभी तो बादीपन सिर्फ एक ही ओर होता है जिससे चेहरेका एक भाग हिस्सा दूसरे भाग हिस्सेसे मारी या लम्बा दिखलाई पड़ता है। (तस्वीर नं० ८)।

बादीपनका असर क्या होता है, यह बिलकुल इस बातपर निर्भर है कि बादीपन किस तरहका है।।

सामनेवाले बादीपनमें सिरसे लेकर टांगोंतक शरीरके हर-एक हिस्सेपर बादीपनका असर रहता है, इसलिये उसके कारण शरीरके हर एक अङ्गको पीड़ा पहुँचती है। इससे चेचक, लाल बुखार, डिप्थेरिया, फेफड़ेकी सूजन इत्यादि लगभग हर एक प्रकारके तीव्र रोग पैदा हो सकते हैं। इस वृत्तामें बदनके सामनेवाले भागोंपर सबसे अधिक प्रभाव पड़ता है। बच्चोंकी बीमारियोंके साथ साथ जो फोड़ा फुन्सी भी निकल आती है उससे यह बात साबित होती है। बहुत सी पुरानी बीमारियाँ और खास करके हलक और गलेकी बीमारियाँ सामनेवाले बादीपनके कारण पैदा होती हैं। पर चेहरेवाली बीमारियाँ इतनी ज्यादा बादीपनके कारण नहीं पैदा होती जितनी कि गले और हलकवाली बीमारियाँ। चेहरेकी सुर्खी और फोड़ा फुन्सी, मुँहासे घनैरु अनाड़ी और होशियार दोनों तरहके डाकुरोंकी नजरमें इसी तरहकी बीमारियोंमें शामिल किये जा सकते हैं। प्रायः भारतमें ऊँचीपर ही इसका असर पड़ता है। दाँत मिर जाते हैं और साधारणतः सामनेवाले बादीपनमें नीचेके दाँत पहले गिरते हैं। चित्र नं० ५ और ७ में देखिये, दोनों आदमियोंके नीचेके दाँत, मालूम पड़ता है, बहुत जल्दी ही गिर गये हैं। कभी कभी तो नसों और आँखोंकी बीमारियाँ भी पैदा हो जाती हैं। बादीपन जब सिरमें ऊपरतक पहुँच जाता है तो सिर गंजा हो जाता है, विशेषकर सिरके सामने-वाले बाल खर जाते हैं।



शरीरके भङ्गोंका फव स्वामाधिक प्रकारका है । स्तिर कास करके छोटीके पास टेढ़ा मेढ़ा है । माथेमें धरयोका अंश अधिक

जिस आदमीके सिर्फ सामनेवाले हिस्सेमें बाढ़ीपन होगा उस आदमीके दिमागमें कभी कोई गड़बड़ नहीं हो सकती।

प्रायः सामनेकी ओर बाढ़ीपन होनेपर भी शरीरके भीतर मर्म-स्नान बहुत दिनोंतक अच्छी दशामें बने रहते हैं, क्योंकि विजातीय द्रव्य विशेषतः गालोंमें और माथेके अन्दर जमा रहता है। इसलिये इन अङ्गोंमें कोई न कोई बीमारी साक्षरकर सिस्मर्द, फुस्सी, मुहांसे और दाढ़ चगेरह हो जाता है। इन रोगवालोंको गर्मों या सर्दोंकी कमी बेसीमें विशेषरूपसे कष्ट होता है।

विजातीय द्रव्य शरीरमें शायद बहुत धीरे धीरे जमा होता है। इसलिये बहुतसे लोगोंको वर्षोंतक उपर्युक्त कोई न कोई रोग लगा रहनेपर भी वे कोई बड़ा कष्ट नहीं अनुभव करते। लेकिन एकएक दूसरे अङ्गोंपर जो अबतक बाढ़ीपनसे आली धे, असर पड़नेपर उन्हें तकलीफ होने लगती है।

इन सब रोगोंका सिर्फ एक ही इलाज है कि रोगोंकी उत्पत्तिके कारण दूर किये जायें क्योंकि विजातीय द्रव्यके दूर हो जानेसे ही बीमारीके कुछ लक्षण दूर हो जायेंगे।

और अङ्गोंकी अपेक्षा शरीरके सामनेके भागके बाढ़ीपनका इलाज अधिक सरलतासे हो सकता है। प्रायः इस बाढ़ीपनसे पैदा हुए रोग उसमें भयङ्कर नहीं होते। बच्चोंको बुखारके साथ पैदा होनेवाले दूसरे रोग सामनेके बाढ़ीपनके कारण पैदा होते हैं। यह अधिक भयङ्कर नहीं होते। जल-ज्वरितासे

भी बहुत भच्छी तरह दिखलाई पड़ सकती है। इसलिये सिर पत्रनके ऊपर सीधे धीर्धीर्धी नहीं है। जिस ओर बादीपन रहता है उस ओर यह लकीर साफ तौरपर नहीं दिखलाई देती जो आँधके पास टाँग और घड़को जुड़ा करती है क्योंकि वहाँ अधिकतर विजातीय द्रव्य जमा रहता है। सिर भी धीरे धीरे एक ही ओरको बढ़ता हुआ दिखलाई पड़ता है। गरदन और सिर पर प्रायः गाँठें भी पड़ जाती हैं (चित्र नं० १८ देखिये)। गगल वाला बादीपन सिर मोड़नेके समय स्पष्ट दिखलाई पड़ता है। क्योंकि सिर मोड़नेमें गरदनके जिस भागमें बादीपन रहता है वहाँ तनाव जरूर रहता है। प्रायः मलीमांति बटी हुई रस्तीकी तरह नर्स भी उमड़ी हुई दिखलाई पड़ती है जिनसे यह स्पष्ट सूचित हो जाता है कि विजातीय द्रव्य किस ओरसे होकर गया है और किस ओर बना रहेगा।

गगलके बादीपनका परिणाम प्रायः सामनेके बादीपनकी अपेक्षा अधिक मयानक होता है, वह अधिक कठिनाईसे दूर किया जा सकता है। जिधर बादीपन होता है उधर धीरे धीरे दांतोंमें दर्द होने लगता है, दांत गिर जाते हैं। गगल और सामने दोनों ओरका बादीपन इकट्ठा हो आनेपर तो प्रायः कान बहरे हो जाते हैं। ऐसी ब्रह्ममें कानोंतक सुजन दिखलाई पड़ सकती है। भाँझोंपर भी इस बादीपनका प्रभाव पड़ता है, या फाला मोतियाबिन्द पैदा हो जाता है। स्वाभाविक रूपसे यह मोतियाबिन्द सदा उसी ओर पहले निकलता है जिधर बादीपन होता है।

यदि सिरके विलकुल आधे हिस्सेमें बाधीपन रहता है तो आधे सिरमें दर्द होने लगता है। वर्षों तक इस तरहका सिर दर्द रहनेके बाद भी शायद कोई घुरी वशा न विखलाई पड़े पर अन्तमें उस भागका बाधीपन इतना बढ़ जाता है कि शरीरमेंके विजातीय द्रव्यको लावार हो दूसरी जगह अपने लिये स्थान ढूँढ़ना पड़ता है।

मेरे जान पहचानकी एक लो पंद्रह वर्षोंसे लगातार अघ कपारीसे तकलीफ उठा रही थी। डाक्टरोंकी वधासे उसे कुछ लाभ न पहुँचा। डाक्टर साहब उसे दम दिलासा देते रहे कि कुछ दिन बाद यह दर्द आप मिट जायगा। वास्तवमें उसका दर्द पंद्रह बरस बाद विलकुल जाता रहा, पर दर्दके साथ ही साथ उसकी आँखोंकी रोशनी भी गायब होने लगी। कोई कल्पना भी न कर सका कि अघकपारीसे इस अन्धेपनका कोई सम्बन्ध है। पुरानी तकलीफ दूर हो जानेके बाद अब सिर्फ इस बातपर खेद प्रगट किया जाने लगा कि एक नई मुसीबत उठ खड़ी हुई है। वास्तवमें यह एक सरल समस्या थी। विजातीय द्रव्य आँखोंतक पहुँच गया था। उस लीके शरीरकी प्रनायक इतनी ज्यादा मजबूत थी कि वह अन्धेपनसे इतनी मुहत सक बची रही।

घाई ओरके बाधीपनने प्रायः शरीरके धमड़ेके काममें रुकावट पड़ती रहती है। अतएव घाई ओरका बाधीपन दाहिनी ओरके बाधीपनसे अधिक हानिकार होता है। दाहिनी ओरके

चित्र सं० १३—सामने और बगलवाला बादीपन (२६ फ)



(जिस स्त्रीकी तस्वीर नं० १२ में दी गयी है उसीकी लड़की)

सिर कुछ ज्यादा बड़ा है। माथेमें खरपी होनेसे यह कुछ कुछ गद्दीकी तरह मालूम पड़ता है। आंखें सङ्कुचित हैं। नाककी आकृति स्वामाविक प्रकारकी है। मुँह कुछ कुछ खुला है। चेहरेको गरदनसे जुड़ा करनेवाली लकीर स्वाभाविक प्रकारकी है। गरदन बड़ी हुई है और उसमें घेरा भी बिखलाई पड़ता है। बादीपन आम तौरपर जिसमा मँफि यदनमें है उसमा ही इसके यदनमें भी है, पर कुछ कुछ विजातीय द्रव्य इसके सिरमें भी पहुँच गया है।

बादीपनमें प्रायः बहुत अधिक पसीना निकलता है जिससे बादीपन बढ़ने नहीं पाता। जैसे, जिसके दाहिनी ओर बादीपन होता है उसके दाहिने पैरसे प्रायः पसीना निकलता रहता है।

जिस आदमीमें दाहिनी ओर बादीपन रहता है उसमें भीतरी खुद्दार प्रायः इतना तेज नहीं होता, जितना बाईं ओरवाले बादीपनमें। लेकिन यदि किसी कारणसे दाहिनी ओरके बादीपनकी दशामें पसीना आना बन्द हो जाय तो दशा तत्काल शोचनीय हो जाती है।

(ग) पीठका बादीपन

(नखीर नं० २० से लेकर २५ तक)

तीनों प्रकारके बादीपनमें पीठवाला बादीपन सबसे अधिक भयङ्कर है। यह बादीपन पीछेकी ओर ऊपर तक बढ़ जाता है, और उससे आकृतिमें अनेक परिवर्तन हो जाते हैं। कभी कभी विजातीय द्रव्य सिर तक नहीं पहुँचता पीठमें ही बना रहता है जिससे पीठ सूज जाती है। ऐसी सूजन आरम्भमें साधारण होती है पर बढ़ते बढ़ते घट बढ़ी शकलकी हो जाती है। कभी २ उसके कारण दोनों कन्धे गोल हो जाते हैं, कभी पीठपर बड़ी भारी कूपड़ निकल जाती है। पर विजातीय द्रव्यका सिरतक न पहुँचना बड़े सौभाग्यकी बात है, क्योंकि जब विजातीय द्रव्य पीछेकी ओरसे सिरमें पहुँचता है तो बहुत ही भयङ्कर परिवर्तन उत्पन्न होते हैं। गरदनके पीछेकी ओढ़वाली हड्डी बढ़ जाती है और गरदन तथा सिरके पीछेवाले हिस्सेके बीचमें जो जुड़ा

करनेवाली लकीर होती है वह यिलकुल ही मिट जाती है। धीरे धीरे यह जगह विजातीय द्रव्यके समूहसे तो यिलकुल भर जाती है। (चित्र नं० २०—२४ और २५) सिर ऊपरकी ओर चौड़ा होता जाता है और माथेमें चर्चो बढ़ जानेसे एक गद्दी सी बन जाती है।

चेहरेपर भी इस बादीपनका प्रभाव पड़ता है। पर ऐसी दशामें विजातीय द्रव्य सिरके ऊपरी हिस्सेसे नीचेकी ओर चेहरेमें आकर जमा होता है।

शरीरके पीछेवाले बादीपनके साथ लगभग सदा बवासीरका रोग होता है। इसका प्रभाव प्रायः कूल्हे या चूतड़पर ही पड़ता है, इसलिये रोगी लड़खड़ाकर चलता है।

पीछेकी-ओरवाले बादीपनकी दशामें जो तीव्ररोग होते हैं बड़े भयङ्कर होते हैं। प्रायः मौतके मुँहमें डाल देते हैं। रोगीके लिये इन बीमारियोंसे बचनेका सिर्फ एक उपाय है, कि मेरी बतलाई हुई विधिसे कई बार ठंडे पानीके स्नान कर लिये जायें और शरीरसे खूब पसीमा निकाला जाय।

प्रायः उमरके साथ होनेवाली गहरी बीमारियाँ सिर्फ बच्चोंको होती हैं। जिन पुरुषोंको पीछेकी ओर बादीपनकी तफलीफ रहती है उन्हें बच्चोंकी अपेक्षा ऐसे रोग बहुत कम सताते हैं।

उन्हें शरीरके पीछेवाले बादीपनसे पैदा होनेवाले अन्य भयङ्कर रोग होते हैं। एक बार जब सिरमें बादीपन आ जाता है तो नसोंकी कमजोरीके साथ साथ स्मरण शक्तिकी कमजोरी, उल्-

चित्र स० १४—स्वामयिक भाकृति । (२८ क)



साहसा भ्रमाय इत्यादि कई दोष उत्पन्न हो जाते हैं। कभी-कभी मस्तिष्क बिलकुल ही खराब हो जाता है। जिसके पीछेकी ओर यादीपन रहता है उसके दिमागमें गड़बड़ी या पागलपन होनेका डर सदा बना रहता है। इस विषयमें मुखाकृति निदान का महत्व बहुत अच्छी तरह प्रकट हो जाता है। इसके द्वारा आगन्तुक रोगकी खबर पहले ही मिल आ सकती है।

पीछेकी ओरके यादीपनवालेका मस्तिष्क आरम्भिक दशामें अपना काम अच्छी तरहसे कर सकता है। हाँ, उसमें कुछ कुछ चञ्चलता रहती है। बच्चे उचित समयसे पहले ही बढ़ जाते हैं पर भागे चलकर उनसे कोई भाशा पूरी नहीं होती, उनका दिमाग कमजोर पड़ जाता है, स्मरण शक्ति जाती रहती है। पर डाक्टर लोग भयतक इस बातका पता नहीं लगा सके हैं कि ऐसा क्यों होता है लोग अपनी शारीरिक दशाको भली भाँति जानते रहते हैं जब वे डाक्टरोंसे पूछते हैं कि हमारे मस्तिष्ककी कमजोरी और स्मरण शक्तिके ह्रासका कारण क्या है, तो जवाब मिलता है कि कुछ नहीं, केवल सुहावा भ्रम है। वास्तवमें उनका फूला हुआ बदन और सुर्भ्र वमकदार चेहरा देखकर प्रायः यह समझा जाता है कि वे तन्मयताके नमूने हैं।

पीछेकी ओर यादीपन होनेसे मनुष्योंमें कामेच्छा उचित समयके पहले ही क्षीय हो जाती है और बच्चे तथा युवक और युवतियाँ हस्त-मैथुन द्वारा वीर्य नष्ट करने लगती हैं। इससे बहुत अरुण मनुष्यता और बलव्यापन भा जाता है। जिन लोगोंमें

पीछेकी ओर बादीपन होता है उनमेंके करीब करीब सभी सन्तानोत्पत्तिके अयोग्य होते हैं। यदि स्त्री और पुरुष दोनोंमें बादीपन है और उनमेंसे एक को सिर्फ पीठमें बादीपन है या उसकी पीठका बादीपन ज्यादा नहीं बढ़ा है तो उन दोनोंके बच्चे पैदा हो सकते हैं पर वह बच्चे प्रायः कमजोर होंगे और जीवित न रहेंगे। जिस स्त्रीकी पीठमें बादीपन होगा उसका गर्भ या तो गिर जायगा या उचित समयसे पहले ही बच्चे पैदा होंगे। यदि उस के बच्चे पैदा हो भी जाय तो वह उनका पालन पोषण नहीं कर सकती।

यदि पीठका बादीपन और उससे होनेवाले बुरे परिणाम किसी जातिमें साधारणतः दिखालाई पड़ने लगे तो यह जरूर समझ लेना चाहिये कि उस जातिमें सराबी पैदा हो रही है, उसका अन्नपतन हो रहा है। प्राचीन पारसियों (चित्र नं० २४) और प्राचीन रोमनोंकी (चित्र नं० २५) मूर्तियोंके देखनेसे यह पता लगता है कि उनके पीछेका भाग बादीपनसे भरा हुआ था। इस तरह आकृति-निदान द्वारा हमें आज यह पता लग सकता है कि यह जातियाँ इतनी अधिक सम्यक् होनेपर भी नष्ट क्यों हो गयीं।

जिन लोगोंमें पीछेकी ओर बादीपन रहता है उनकी बुद्धि हीन रहती है। उदाहरणके लिये वे कुटिल राजनीतिमें भाग लेने तथा फाट छूटनेकी बात करनेके लदा, अयोग्य रहते हैं। छुटे चित्रमें जिसो मनुष्यका चित्र दिया गया है, उसका उदाहरण

चित्र सं० १५—बगलवाला बादीपन (३० फ)



सिरका कच्चा न बहुत बड़ा न बहुत छोटा । माथा मांस,
नाक, और मुँहकी आकृति स्वाभाविक, चेहरेको गरदनसे जुड़ा
करनेवाली लकीर स्वाभाविक प्रकारकी, गरदन कड़ी और
वस्त्रके दोमों और मोटी रस्तीकी तरह लम्बी गाँठें पड़ी हुई हैं ।

लीजिये । निःसन्देह उस मनुष्यकी बुद्धि उन लोगोंसे अच्छी है । जो तस्वीर नं० २०, २१ में दिखाये गये हैं । हाँ, शायद उसकी साधारण शिक्षा इतनी न हो, जितनी कि इन दोनों आदमियों की है । दूरियोंकी अपेक्षा घनघानोंमें पीछेकी ओर वादीपन साधारण दिखलाई पड़ता है । कारण खान पानमें धनी प्राकृतिक नियमोंका अधिकतर उल्लंघन करते हैं ।

जिस मनुष्यमें पीछेकी ओर वादीपन हो उसे तत्काल अपने इलाजकी फिक्र करनी चाहिये क्योंकि उषों ज्यों उसकी उम्र बढ़ती जायगी त्यों त्यों इस रोगसे पिएह छुड़ाना उसके लिये कठिन होता जायगा । इस प्रकारके वादीपनका सबसे घुरा परिणाम यह होता है कि जो लोग इस वादीपनके शिकार होते हैं उनमेंसे इस बीमारीको दूर करनेके लिये आवश्यक पीरूप और उत्साह धीरे धीरे लोप हो जाता है । अतःक विजातीय द्रव्य मरम रहता है और उसमें हरकत होती रहती है तबतक उसका दूर करना बहुत कुछ सहज रहता है । पर जब एक बार विजातीय द्रव्य कड़ा होकर स्थिर हो जाता है तो उसके दूर करनेके लिये बड़े धीरज और मायापञ्चीकी जरूरत होती है । तब चाहे जितनी फिक्र करे खूब होना प्रायः असम्भव हो जाता है ।

(घ) मिश्रित वादीपन

(नं० ८, १८, १९ और २६से लेकर ३४ तक)

महले कहा जा चुका है कि केवल एक दो प्रकारका वादीपन बहुत कम दिखलाई पड़ता है । प्रायः दो या कुछ किस्मके

यादीपन एक साथ इकट्ठे हो जाते हैं और प्रत्येक प्रकारके यादीपनके परिणाम अपनी अपनी मात्राके अनुसार एक साथ प्रकट होते हैं। प्रायः सामने और बगलवाला यादीपन एकसाथ (तस्वीर नं० ८, १०, १८, और १६), बहुत अक्सर बगल तथा पीठवाला यादीपन एक साथ (तस्वीर नं० २२ और २५), और कभी कभी सामने तथा पीठवाला यादीपन एक साथ प्रकट होता है।

साधारणतः जिनके शरीरके मित्र मित्र भागोंमें उनकी दशा अधिकतर शोचनीय होती है। यादीपनवाले (तस्वीर नं० २६ से लेकर ३४ तक और तस्वीर नं० ३६ तथा ४०), लोग अशक्त, धैर्यहीन, चञ्चल, भकी और असन्तुष्ट रहते हैं। इन्हें कोई तीव्र रोग हो जानेपर बड़ा खटका रहता है। तीव्र रोग होनेकी सम्भावना बराबर रहती है।

उनका वदन खूब मोटा ताजा और मरा रहता है, इसलिये उनकी तन्तुवस्ती अलबल दर्जेकी गिनी जाती है। उनमें बाह्यरूपसे ऊपर कठिनतासे बिजलाई पड़ता है, इसलिये उनकी मृत्यु एकाएक हो जानेपर यह लोग आश्चर्य करते हैं कि ऐसा स्वस्थ मनुष्य एकाएक किस तरह मर गया।

जबनक शरीर फूला रहता है (तस्वीर नं० २८) तबतक चक्के होनेकी आशा भी रहती है। पर शरीरके सूखने और पचने की दशा पहलेसे बराबर हो जाती है। उस समय किसी उपायसे काम नहीं चला सकता। बाहे कितनी ही फिक्र और

चित्र सं० १६—मंगलमाला बार्दापन दाहिनी धार (३२क)



निर न बहुत बड़ा न बहुत छोटा । पर वह बाईं ओर झुका हुआ है । माथा, मांस, नाक और मुँहकी आकृति स्वामाधिक प्रकारकी है । चेहरा दाहिनी ओर अधिक लम्बा है । दाहिनी ओर चेहरेको गरमसे लुवा करनेवाली लकीर साफ तौरपर नहीं जाहिर होती । गरमन कड़ी और दाहिनी ओर बहुत बड़ी है ।

किन्तु ही इलाज पित्या जाय, पर घंगि होनेकी आशा बहुत ही कम बलिक बिलकुल ही नहीं रहती। अस्तु, यह बात बहुत कुछ आयु और शक्तिपर भी निर्भर है। इस तरहके बहुतसे लोगोंमें इतनी काफी ताबत रहती है कि ये विजातीय द्रव्यको अपने शरीरके बाहर निकाल सकें। पर जिन लोगोंमें जीवन शक्ति कम रहती है उनके लिये ऐसा करना प्रायः असम्भव होता है।

भीतरी अंगोंकी बीमारियां

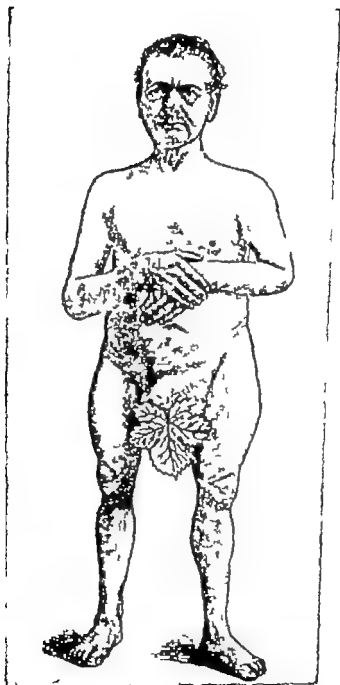
जिन पारिमायिक शब्दोंका साधारणतः डाक्टर उपयोग करते हैं उनसे आकृति निदानका कुछ भी सम्बन्ध नहीं है, इसलिये इस निदानमें प्रत्येक रोगका पृथक् पृथक् कोई विशेष नाम नहीं रक्खा जा सकता। हाँ, इस निदानद्वारा यह ज्ञान आ सकता है कि शरीरके भीतरयाही इन्द्रियोंमेंसे कौन सी इन्द्रियां सबसे अधिक रोगके चक्रुलमें फँसी हुई हैं। यहां हम रोगका पता लगानेमें सहायक लक्षणोंका कुछ विशद वर्णन करेंगे। उन लक्षणोंसे जो बात अनुमान की जाती है उनके संबन्धमें भी कुछ व्योरेवार हाल विशद रूपसे लिखा जायगा।

पीछेके कूल वर्णनसे आपको यह पता लग गया होगा कि चाहे किसी फिस्मका बादीपन क्यों न हो उससे पचानेवाले अङ्गोंमें जरूर गड़बड़ी हो जाती है और हाजिमा बिगड़ जाता है। इन्हीं अङ्गोंसे रोग आरम्भ होता है। ज्यों ज्यों खड़ा गला विजातीय द्रव्य उनमें व्यापता जाता है ज्यों त्यों उनकी शक्ति

घटती जाती है। ऐसा भी होता है कि जिस आदमीमें यह रोग होता है वह कोई कष्ट अनुभव नहीं करता, क्योंकि जब शरीरके अन्दरवाली इन्द्रियोंकी सड़न और उनकी खराब हालत पुरानी पड़ जाती है तो उनसे बहुत ही किसी प्रकारकी पीड़ा नहीं होती। पचनेन्द्रियोंको, सदा इस प्रकार अपना काम करना चाहिये कि हमें यह बिलकुल ही न मालूम पड़े कि वे काम कर रही हैं। यह बात कमसे कम सिर्फ उन्हीं लोगोंमें देखी जाती है जो अपना अधिकतर समय खुली हवामें बिताते हैं। अधिकतर लोगोंको पेट या आंतोंमें हलकी सी पीड़ा उठा करती है। अगर उन हिस्सोंमें कोई बड़ी पीड़ा नहीं उठती तो वे अपनेको भाग्यवान् समझते हैं।

लेकिन ऐसी अच्छी पाचनशक्ति जैसी कि मैंने पृष्ठ ३ में बताया है घादीवाले आदमीमें कभी नहीं मिल सकती। स्वभावतः उन लोगोंकी पाचनशक्ति बहुत ही खराब होती है जिनके शरीरमें मल सूख जाता है। ऐसी हालतमें पाचन इन्द्रियां सड़ जाती हैं और कब्ज या दस्तकी बीमारी शुरू हो जाती है। कब्ज और दस्तकी बीमारियां शरीरकी भीतरी गरमीसे पैदा होती हैं। कब्ज उस समय पैदा होता है जब कि आंतोंकी लसदार भिन्नी सूख जाती है। ऐसी दश में पाखाना बाहर नहीं निकल सकता, क्योंकि इसकी नमी जाती रहती है और वह कड़ा तथा ठोस बन जाता है। दस्तकी बीमारी तब शुरू होती है जब कि आंतोंमें इतनी काफी ताकत

चित्र सं० १७—बगलवाला बादीपन ग्रामी धोर (३४ फ)



इस मनुष्यका ग्राम मोरवाला द्विस्ता ग्रामिणी

हिस्सेसे ज्यादा चौड़ा है। सिर न बहुत ज्यादा घड़ा न बहुत ज्यादा छोटा। लेकिन वह यदनके विलकुल बीचोबीचवाली लकीरकी सीध नहीं है। माथा, आख, नाक और मुँहकी आकृति स्वामाधिक प्रकारकी है। चेहरेको गरदनसे जुदा करने वाली लकीर भी स्वामाधिक प्रकारकी है। गरदन धार्यी ओर ज्यादा घड़ी हुई है। धार्या कन्धा दाहिने कन्धेसे ज्यादा चौड़ा है। यदनका धार्यी ओरवाला हिस्सा दाहिनी ओरवाले हिस्सेसे ज्यादा चौड़ा है। धार्यी जाघकी यदनके ऊपरवाले हिस्सेसे जुदा करनेवाली लकीर गायब है। पेटके धार्यी ओर देखिये साफ तौरपर मालूम पड़ रहा है कि विजातीय वृष्य वहीं अपना घर किये हुए हैं। धार्यी ओरवाली टांग दाहिनी ओरवाली टांगसे ज्यादा मोटी है।

मौजूद रहती है कि वे अपने भीतरी गंदे मलको बाहर निकाल सकें। पर मल या पाखाना मुनासिब शकलमें आनेके पहिले ही बाहर निकल आता है। दोमों दशामोंमें भोजन ठीक तरह नहीं पचता। एक तो पाचन दुर्बल न होनेसे शरीरका यथेष्ट उपकार नहीं होता दूसरे लगातार विजातीय द्रव्य शरीरमें अपना घर करता रहता है। जिसका फल यह होता है कि शरीरमें खून कम हो जाता है और कुल शरीर क्षीण होने लगता है। क्षयरोगका चिह्न यह है कि चाहे कैसा ही "पौष्टिक" भोजन किया जाय पर कमजोरी दिनपर दिन बढ़ती जायगी और शरीर क्षीण होता जायगा। इससे स्पष्ट होता है कि भोजनकी अपेक्षा पाचन-यन्त्रकी दशाका दुर्बल रहना अधिक आवश्यक है। चाहे किसी प्रकारका पादीपन क्यों न हो पर उपर्युक्त रीतिसे आप पाचन शक्तिकी गड़बड़ीका अनुमान तुरत कर सकते हैं। यदि पादीपन धीरे धीरे हो तो समझ ले कि पाचनेन्द्रियोंके धीरे धीरे भागोंमें सबसे ज्यादा गड़बड़ी है। उस भागमें कमी कमी या लगातार पीड़ा होती रहती है, पेट कोंचता रहता है। पादीपन दाहिनी ओर होनेसे विशेषकर उसी ओर पीड़ा होती है। और बादीपन पीछेकी ओर होते जासकर मांसके पीछेवाले हिस्सेमें पीड़ा होती है। ऐसी दशामें पूर्व कथनानुसार प्रायः खूनी बघासीर हो जाता है। यदनके सामनेवाले भागमें पादीपन रहनेसे तो पाचनेन्द्रियोंमें उतना गड़बड़ नहीं होता जितना अन्य प्रकारके पादीपनमें पैदा होता है। पीड़ा और बेचैनी अन्य

प्रकारके बादीपनके समान हो सकती है पर शरीरके पोषणमें कोई विशेष बाधा नहीं पड़ती। ऐसी दृश्यामें या तो किसी नैसर्ग्य प्रमाणसे * या मेरी बतलायी स्नान विधि तथा नियम-पूर्वक जीवन व्यतीत करनेसे आध्मी खड़ा हो सकता है।

पाचनेन्द्रियोंमेंसे एक इन्द्रिय “यकृत” (जिगर) भी है जो दाहिने भागमें है। दाहिनी ओरके बादीपनमें प्रायः सर्वदा यकृतपर घुरा प्रभाव पड़ता है। शरीरका रक्त पीला पड़ जाता है, क्योंकि यकृत रक्तसे पित्तको पृथक् नहीं कर सकता। दाहिनी ओरके बादीपनके साथ ही साथ त्वचाका भी रक्त पीला होना यकृतकी बीमारीका लक्षण है। यकृतके रोगों और दाहिनी ओरके बादीपनका मुख्य लक्षण बहुत अधिक पसीना आना है। इस तरहके बादीपनवालोंको बहुत जल्दी पसीना आ जाता है जिससे उन्हें बड़ा फायदा होता है। प्रायः ऐसे लोगोंको पैर पसीजनेकी बीमारी होती है, जिससे उन्हें कष्ट तो होता है लेकिन उन्हें इससे तबतक बड़ा फायदा होता है जबतक कि विजातीय द्रव्य उनके शरीरके अन्दर रहता है। कुल विजातीय द्रव्यके निकल जानेपर पैरोंका पसीजना आप ही आप बन्द हो जाता है पर इसके बन्द होनेसे कोई खुराद नहीं होती। पर यदि पैरका पसीजना दवाइयोंसे रोका जाय तो

* ३५५ परमाणुसंख्या की बीबी सस दवाकी सहायता है जिसमें शरीर स्वभावसे ही तीव्ररूपसे सब विषमता खसता है और प्रायः यदि बीबी न डूरे तो इसी दवाकी सहायतासे सब मनुष्य बीमार हो जाता है। इस विषय विज्ञानकी किताबी बहुत देख नहीं सकती। सभी

चित्र सं०-१८ - बगल और सामनेवाला मादापन (३)



कुछ ज्यादा थका। माथा खरबीदार जिससे वह
 तरह मालूम पड़ता है। आँखें सकुचित। नाक की
 अमायिक। मुहकी आकृति टेढ़ी मोढ़ी। चेहरेको गर
 वमसे जुदा करनेवाली लकीर साफ तौरपर नहीं आदिर होती।
 दुहो यही हुई। गरदन करीब करीब गायब सो है। गरदनके
 दाहिनी ओर गस्तीकी तरह मोटी गाँठ और मस्सा दिखाई
 पड़ रहा है।



भयानक परिणाम हो सकता है, क्योंकि जो विजातीय द्रव्य पसीनेसे निकलता वह उस शरीरमें भीतर ही जमा होने लगता है। सम्भव है वह विजातीय द्रव्य किसी विशेष मर्म-स्थानमें एकत्र हो जाये।

गुर्दा भी पाचनका काम करनेवाली इन्द्रियोंमेंसे है। यद्वगके बादीपनकी प्रत्येक दशामें गुर्दा बीमारीका शिकार हो सकता है। गुर्देकी दशाका अनुमान गुर्देसे निकलनेवाले पेशाबकी रङ्गनसे लगा सकते हैं। (देखो पृष्ठ ३) पीठ और बगलके बादीपनमें गुर्देकी दशा चिन्ताजनक हो जाती है क्योंकि ऐसी दशामें पसीना काफी नहीं निकलता और आंखोंकी नीचे मुलायम और पानीदार थैली सी बन जाती है जो गुर्देमें किसी रोगके होनेका निश्चयचिह्न है। पाचनेन्द्रियोंमें बहुत ज्यादा बादीपन रहनेपर जननेन्द्रियोंमें भी विशेषतः स्त्रियोंकी जननेन्द्रियोंमें बादीपन आ जाता है। लेकिन साधारणतः जननेन्द्रियोंमें बादीपन बहुत समय के बाद आता है और सभी आता है जब कि बादीपन बहुत गहरा रहता है। इससे प्रकृतिका यह प्रबन्ध स्पष्ट होता है कि प्रजाकी उत्पत्तिमें बहुत अल्पी रुकावट न पड़े। स्त्रियोंमें जननेन्द्रियकी बीमारियाँ दो तरहसे पैदा हो सकती हैं। एक तो आंतवाले रास्तेमें बहुत ज्यादा बादीपन आ जानेसे गर्भाशयका दब जाना या दबकर एक तरफ हो जाना है और उससे गर्भाशयका टेढ़ा पड़ जाना दूसरे स्वयं जननेन्द्रियमें ही बादीपन आ जाता है। पर दूसरी हालत सभी पायी जाती है जब कि पीठकी ओर बादीपन

रहता है। जब इस तरहका वादीपन स्त्रियोंमें रहता है तो घे या तो घांभ रहती हैं या गर्भावस्थामें उन्हें तकलीफ पहुँचती है और प्रसव घड़ी कठिनतासे होता है। वादीपनकी कमी बेशीसे स्तनसे दूध निकलना या तो बिलकुल बन्द हो जाता है या थोड़ा थोड़ा जारी रहता है। पूर्व कथनानुसार पीठकी ओरके वादीपनमें सन्तानोत्पत्तिमें बड़ी बाधा पड़ती है।

यदि बदनके ऊपर या नीचेवाले हिस्सोंमें वादीपन बढ़ जाता और उसे दूर करनेके लिये काफी पसीना नहीं निकलना तो प्रायः गठियाका रोग हो जाता है। विशेषकर तब जब कि वादीपन बायीं ओर रहता है और बदनसे सहज ही पसीना नहीं निकलता। बाईं ओरके वादीपनमें सदा गठियाकी बीमारीका झटका रहता है। पर इसके लिये वादीपनका अधिक परिमाणमें होना आवश्यक है क्योंकि जबतक सारे शरीरमें विजातीय द्रव्य व्याप्त नहीं होगा तबतक वह सब पीड़ा देनेवाले चिह्न न प्रगट होंगे जो गठियाके नामसे पुकारे जाते हैं। साधारणतः गठिया तमी होती है, जब शरीरकी गरमीमें एकाएक कमी हो जाती है। बदनमें ठण्डक आते ही एकाएक सिकुड़न पैदा हो जाती है, जिससे विजातीय द्रव्य अवरदस्ती पीछेकी ओर दबा दिया जाता है। इस तरहसे विजातीय द्रव्य गाँठोंके आसपास जमा होकर बड़ी तकलीफ पहुँचाता है। इस तरहका गाँठका दर्द हमेशा गाँठके मीतर नहीं बल्कि बाहर होता है। जिस स्थानपर दर्द हो उस स्थानपर यदि घाण्य-

चित्र स०—१६—सामने धीर बगसबाला बादीपन (३८ क)



सिर बहुत बड़ा । माथा चरबीदार जिससे गहीकी तरह
 बिकलाई पड़ना है । माखे संकुचित । नाक कुछ ज्यादा बड़ी ।
 मुँह खुला हुआ । चेहरेको गन्धसे जुड़ा करनेवाली लकीर
 स्वाभाविक प्रकाशकी । गर्दन सिरके समान मोटी । इसपर
 चिन्तासीय द्रव्य जमा हो जानेसे गाँठे पड़ गयी हैं ।

स्नान द्वारा त्वचाके छेद खोल दिये जायें, और इस तरहसे एकत्र विजातीय द्रव्यमें हलचल पैदा कर दी जाय तो सदा गला पदार्थ कुछ कुछ निकल जायगा और पीड़ा दूर हो जायगी। बाहर न निकलनेसे विजातीय द्रव्य धीरे धीरे ठोस पड़ता जायगा जिससे गठिया हो जायगा और गठिया तभी पैदा होती है जब कि घातरोग अच्छा नहीं होता। गठियाकी बीमारी उस समय भी पैदा होती है जब कि घातरोग सूखी गरमी पहुँचाकर दूर कर दिया जाता है। सूखी गरमीके द्वारा घातरोग बिल्कुल अच्छा नहीं हो जाता। उससे सिर्फ रोग दूर जाता है। स्वाभाविक रूपसे घातरोगकी अपेक्षा गठिया की चिकित्सा अधिक कठिन है। घातरोगकी भांति गठिया भी यदनके पार्श्व ओर पाद्रीपन रहनेसे होती है। हमें जब कभी किसी आदमीके पार्श्व ओर पाद्रीपन दिखाई पड़े तो समझ लेना चाहिये कि उसे घातरोग और गठियाकी बीमारी जरूर पैदा होगी। पीछेकी ओर पाद्रीपनके साथ साथ शुर्देकी बीमारीकी दृष्टांत अधिक भयङ्कर होती है क्योंकि उस दृष्टामें शुर्दे अपना काम उचित रूपसे नहीं कर सकते। इसलिये बहुत सा चेसा विजातीय द्रव्य जो अन्यान्य दृष्टामें निकल जाता शरीरमें बना रहता है।

पार्श्व ओरके पाद्रीपनमें और विशेषतः सामनेकी ओरके पाद्रीपनका सम्बन्ध रहमेपर साधारणतः हृदयपर भी पाद्रीपन पहुँच जाता है।

फेफड़ेका रोग भयङ्कर रोगोंको गिनतीमें है। रोगीको अपने फेफड़ेकी धीमारीका पता जब चलता है या डाकूर जब इसकी परीक्षा करके इसका पता देते हैं, उसके बहुत पहले ही शरीरपर बादीपन या घिपका अत्यधिक प्रभाव पड़ चुका रहता है। पर मुष्माकृति-निदानकी सहायतासे रोग बहुत शीघ्र पहचाना जा सकता है और यदि समयसे उचित चिकित्सा की जाय तो और रोगोंको तरह यह भी सहज हो दूर हो सकता है। पूर्व कथनानुसार इसमें फेफड़ेपर ही प्रभाव नहीं पड़ता। फेफड़ोंके रोगी होनेके पहले सारे यदनमें विजातीयद्रव्य सड़ गलकर व्याप्त हो जाता है। गन्दी हवा भी तबतक फेफड़ेपर अपना असर नहीं डाल सकती जबतक सारे शरीरमें विजातीय द्रव्य विलकुल भर न गया हो। कभी कभी फेफड़ेके रोग किसी दूसरे रोगकी चिकित्सामें साधारणतः ही हुई ओपधियोंके परिणामस्वरूप भी हो जाते हैं, विशेषकर उस उमरके बाद जो दवाइयोंसे दवा दिया जाता है। जबतक डाकूरी उमरके मूल कारण न आनेगी तबतक चिकित्साकी यह भ्रममूलक प्रणाली चलती रहेगी और इसके दुष्परिणाम भी होते रहेंगे। इसका एक बहुत ही साधारण परिणाम फेफड़ोंका रोग है।

ऊपरके अङ्गसे विजातीय द्रव्य आकर फेफड़ोंमें जमा होता है। सिर और कंधोंसे फेफड़ोंमें मल तभी आता है जब सिर और कंधे बादीपनसे बहुत अधिक भर जाते हैं। कभी कभी तो सिर बादीपनसे खाली रहता है और बादीपन



सिर कुछ ज्यादा बड़ा । माथा खरबीदार जिससे गद्दीकी तरह मालूम पड़ता है । माँछे निम्तेज, मालूमसे भरी हुई और संकुचित हैं । नाक सामनेकी ओर बहुत मोटी है । मुँह कुछ खुला हुआ है पर मोंछके सघनसे दिखलाई नहीं पड़ता । चेहरेकी गरदनसे जुड़ा करनेवाली लकीर गायब । सिर दाहिनी या बायी ओर नहीं घुमाया जा सकता । पीछेकी ओर कंधे बिल्कुल गोल हो गये हैं ।

फेफड़ेका रोग भयङ्कर रोगोंको गिनतीमें है। रोगीको अपने फेफड़ेकी बीमारीका पता जब चलता है या डाक्टर जब इसकी परीक्षा करके इसका पता देते हैं, उसके बहुत पहले ही शरीरपर बादीपन या श्वित्वा अत्यधिक प्रभाव पड़ चुका रहता है। पर मुञ्जाकृति-निदानकी सहायतासे रोग बहुत शीघ्र पहचाना जा सकता है और यदि समयसे उचित चिकित्सा की जाय तो और रोगोंको तरह यह भी सहज हो दूर हो सकता है। पूर्व कथमानुसार इसमें फेफड़ेपर ही प्रभाव नहीं पड़ता। फेफड़ोंके रोगी होनेके पहले सारे बदनमें विजातीयद्रव्य सब गलकर व्याप्त हो जाता है। गन्दी हवा भी तबतक फेफड़ेपर अपना असर नहीं डाल सकती जबतक सारे शरीरमें विजातीय द्रव्य बिलकुल सर न गया हो। कभी कभी फेफड़ेके रोग किसी दूसरे रोगकी चिकित्सामें साधारणतः की हुई औषधियोंके परिणामस्वरूप भी हो जाते हैं, विशेषकर उस उधरके वाद ओ दवाइयोंसे दवा दिया जाता है। जबतक डाकूरी उधरके मूल कारण न जानेगी तबतक चिकित्साकी यह प्रममूलक प्रणाली चलती रहेगी और इसके दुष्परिणाम भी होते रहेंगे। इसका एक बहुत ही साधारण परिणाम फेफड़ोंका रोग है।

ऊपरके अङ्गसे विजातीय द्रव्य आकर फेफड़ोंमें जमा होता है। सिर और कंधोंसे फेफड़ोंमें मल सभी आता है जब सिर और कंधे बादीपनसे बहुत अधिक भर जाते हैं। कभी कभी तो सिर बादीपनसे खाली रहता है और बादीपन



सिर कुछ ज्यादा बड़ा । माथा खरपीदार जिससे गद्दीकी तरह मालूम पड़ता है । आँखें निस्तेज, आलस्यसे भरी हुई और सकुचित हैं । नाक स्वामनेकी ओर बहुत मोटी है । मुँह कुछ खुला हुआ है पर मोंछके सयबसे दिखलाई नहीं पड़ता । चेहरेको गरदनसे जुड़ा करनेवाली लकीर गायब । सिर दाहिनी या बायी ओर नहीं घुमाया जा सकता । पीछेकी ओर कन्धे पिटुल गोल हो गये हैं ।

भीधा कंधे और गलेसे आरंभ होता है (तस्वीर नं० ३८)। इस तरह सड़ा गला विजातीय द्रव्य पहले नीचेसे ऊपरकी ओर जाता है और तब ऊपरसे नीचेकी ओर भाकर भीतरी अंगोंमें अपना घर करता है। अब विजातीय द्रव्य नीचेकी ओर आता है तो उसका पहला आक्रमण साधारणतः फेफड़ोंके अग्रभाग पर होता है।

साधारणतः यह देखा जाता है कि क्षयरोगके शिकार होने-वाले युवावस्थामें मोटे ताजे और तगड़े होते हैं। उनको उस दशामें भी भाप देखा सकते हैं कि उनके ऊपरकी ओर विजातीय द्रव्यका थड़ा दबाव पड़ रहा है और पेटमें गांठेंसी पड़ रही हैं। उस समय उनका चेहरा लाल और चमकदार होता है। धीरे धीरे उनका चेहरा खोकोर होता आता है (तस्वीर नं० ३७, ३८ और ३६), बादको उनका मुँह कमी कमी, विक्षोभ निद्राकालमें, बंद नहीं रहता। आरम्भमें यह बात ध्यानमें नहीं आती पर धीरे धीरे दोनों ओरोंके बीचकी दूरी बढ़ती जाती है। भीतरसे नाक कुछ कुछ सूजने लगती है और नाक तथा फेफड़ोंमें सरदीका प्रभाव दिखलाई देने लगता है। नाकके भीतर कमी कमी फालापन भी आ जाता है, जो बीमारीके बढ़नेका चिह्न है। अतः शरीरमें शक्ति रहती है तबतक नाक बढ़ती जाती है फिर यह पतली विशेष करके बीचवाली हड्डीके पास पड़ती जाती है। तब दिन दिन दशा घिनौनी होती जाती है। बहुत बार सिरपर बिल्कुल प्रभाव नहीं पड़ता,

क्योंकि विजातीय द्रव्य सिर्फ गलेमें आकर जमा हो जाता है। इससे गलेकी लम्बाई बढ़ने लगती है, और कंधा सिकुड़ने लगता है।

मैं इस यातको बुझाना चाहता हू कि जिसका मुकाब फेफड़ेवाली बीमारीकी ओर रहता है वह प्रायः पहले फूला रहता है और उसका ऊपरी भाग दबासा रहता है। हमें इस रोगके आरम्भहीसे—विशेषकर बच्चोंके सम्बन्धमें—जड़ काटनेका यत्न करना चाहिए। जिन बच्चोंका सिर बड़ा होता है (तस्वीर नं० ३७, ३८, ४६ और ५१) अर्थात् जिन बच्चोंमें कंठमालाका रोग होता है उनमें क्षय रोगके कीटाणु भी होते हैं। यह कीटाणु या तो उन्हें अपने माता पितासे, जिनमें बादीपन रहता है, मिलते हैं या गलत तरीकेसे खिलाने पिलाने अथवा उनके स्तनधनके पहले कुछ महीनों या पहले कुछ सालोंमें दवाइयोंके बनेसे उत्पन्न होते हैं।

साधारणतः बच्चेका शरीर विजातीय द्रव्य बाहर निकालनेकी चेष्टा करता है। उसीसे अक्सर उन्हें सरदी और खांसी होती रहती है। यदि किसी बच्चेको सरदी और खांसी बराबर हो या बहुत दिनोंतक जारी रहे तो सम्झना चाहिये कि शायद वह क्षयरोगसे पीड़ित है। युवा शरीर भी इसी प्रकार विजातीय द्रव्य बाहर फेंकनेकी चेष्टा करता है। बादीपन सामनेकी ओर रहनेपर शरीर प्रायः बहुत दिनोंतक विजातीय द्रव्य बाहर सफल रहता है। इस प्रकारके बादीपनवाले लोग



सिर बहुत बड़ा और आगेकी ओर झुका हुआ । माथा चरबीदार जिससे गहरीकी तरह मालूम पड़ता है । मांछें कुछ कुछ निकली हुई ओ तस्वीरमें नहीं दिखलाई पड़ सकती । नाककी आकृति स्यामाखिक प्रकारकी है । मुंह और ठुड़ी कुछ कुछ बड़ी हुई हैं । चेहरेकी गरदनसे जुड़ा करनेवाली लकीर गायब । गरदन करीब करीब सिरकी तरह बड़ी । गरदनके पीछे निरकी गरदनसे जुड़ा करनेवाली लकीर गायब । पीछेकी ओर कंधे गोल हो गये हैं ।

क्षय रोगसे पीड़ित होनेपर भी बहुत दिनोंतक जीवित रहने हैं। पर यगलकी ओर या खासकर पीठकी ओरके बादीपन घालोंमें प्राण-शक्ति यही शीघ्रतासे कम हो जाती है जिससे वे यही यही धीमारियोंका मुकाबिला नहीं कर सकते। यदन कमी कमी प्रायः घाय, नासूर, फोड़ा, फुंसो और पीठ तथा छातीमें जहरयादके द्वारा विजातीय द्रव्यको निकालनेकी चेष्टा करता है। यदि इन रोगोंकी चिकित्सा ठीक तरहपर की जाय तो शरीरको कुछ न कुछ आराम अवश्य पहुँचता है, क्योंकि बहुतसा सड़ा गला पदार्थ शरीरसे पीपके रूपमें निकल जाता है। पर जिनमें जीवनी शक्ति कम रहती है उनके शरीरमें विजातीय द्रव्य सिकुड़कर छोटे छोटे डेलोंकी शकलमें बन जाता है और विजातीय द्रव्यके यही छोटे छोटे डेले कैफड़ेकी गिल्टी या गांठें फही जाती हैं। इन्हें एक प्रकारके फोड़े समझना चाहिये जो उस समयतक पके नहीं हैं। यह गिल्टियाँ प्राण शक्तिकी कमीपर ही पैदा होती हैं।

ऐसी गिल्टियोंसे कोई दर्द नहीं पैदा होता। इससे साधारणतः रोगीको इस बातका ध्यान भी नहीं होता कि उसकी दशा कैसी गम्भीर है। शारीरिक शक्तियोंका हास तो दिखलाई पड़ सकता है लेकिन उससे शरीरमें कोई पीड़ा नहीं होती। इसलिये किसीके ध्यानमें भी यह बात नहीं आती कि मौत कैसी सेजीसे उसकी ओर बढ़ती जा रही है।

अन्य सब प्रकारकी सूजन भी इसी तरह पैदा होती है।

हा, उनके नाम अलबत्ता अलग अलग रख दिये गये हैं जैसे बवासीर, नासूर वगैरह। भुगकी गिल्टियां भी इसी तरह पैदा होती हैं। इसमें भी घटन अपने अन्दरको पूरी पूरी सफाई करनेकी कोशिश करता है, पर प्राण शक्ति कम होनेसे इस उद्योगमें उसे सफलता नहीं होती। इसी लिये गांठें और गिल्टियां पड़ जाती हैं।

कोढ़की भयानक बीमारीके आरम्भमें भी शरीरके छोरवाले अङ्गोंमें बड़ी बड़ी गांठें सी पड़ जाती हैं। यह गांठें पहले पहल उन भागोंमें पड़ती हैं जहां कि चमड़ेमें पसीना निकलना बन्द हो जाता है।

गांठें कौसी ही क्यों न हों, वे हमेशा इस बातका चिह्न हैं कि शरीरमें पूर्ण रूपसे गोलमाल है और प्राण-शक्ति कम हो रही है। इसी कमीसे वेह पूरी तरहसे फोड़ा या नासूर पैदा करनेमें अशक्त होता है।

साधारणतः जब पीठका वादीपन बहुत गहरा होता है तभी यह चिह्न दिखलाई पड़ते हैं, पर सामनेकी ओर मामूली वादीपनमें यह चिह्न बहुत कम पाये जाते हैं, क्योंकि इस दशामें जीवनी शक्तिपर घुरा प्रभाव कम पड़ता है।

यदि इस दशामें हम जीवनी-शक्तिको किसी तरहसे बढ़ा सकें तो गांठें फोड़ेके रूपमें हो जायेंगी और स्वास्थ्य सुधर जायगा या बीमारी बिलकुल दूर हो जायगी।

एक सज्जन वर्षोंसे गांठकी बीमारीसे कष्ट भोग रहे थे,

चित्र स० २२ पीछेका बादीपन (४४ क)



पीछेका और बगलका बादीपन । सिर पीछेकी ओर बड़ा ।
माथा बहुत चौड़ा गद्दीदार । आँखें, नाक, मुँह और चेहरेकी
रेखाएँ यथेष्ट । गरदन बहुत मोटी, मोड़परकी रेखा नदारद,
बगलमें प्रत्यक्ष दृष्टि ।

लगामग मन्धे हो गये थे। उनके सिरपर बहुतसी गांठें पड़ी हुई थीं। जो हर साल बढ़ती जा रही थीं। उन्होंने मेरे चिकित्सालयमें इलाज कराना आरंभ किया, जिससे उनके शरीरकी जीवनी शक्ति बहुत ज्यादा बढ़ गयी। उनके दोनों गालोंपर बड़े बड़े फोड़े पैदा हो गये और उनसे बहुत सी पीप निकलने लगी। इसके साथ ही साथ उनकी आंखोंकी क्षमता बहुत सुधर गयी और थोड़े ही दिनोंमें वे फिर पिल्लकुल अच्छी तरहसे देखने लगे। उनकी नजरकी कमजोरी भी जाती रही।

बीस वर्षकी उम्रके एक नवयुवकके चेहरे और हाथोंपर बहुतसे मसे थे। गर्मीके दिनोंमें उसे खुली हवामें रहनेका बहुत ज्यादा मौका मिला। इस तरहसे उसका बदन मजबूत हो गया और बिना कोई इलाज किये हुए उसकी दशा सुबरने लगी। एकबड़ा मारी फोड़ा उसके एक हाथमें निकला और कई अठ घारेतक उस फोड़ेसे पीप बहती रही। उस रोगीको और उसके मित्रोंको यह देखकर बड़ा अचंभा हुआ कि उसके हाथ और चेहरेपरके मसे आप ही आप गायब हो गये। उस आदमीकी देखने मानों अपनी चिकित्सा आप ही करनी आरम्भ की। इस तरहकी शक्ति बहुत कम क्षेत्रमें आयी है।

कोढ़ भी बहुतसी बातोंमें फैलनेवाले इस रोगके समान है। कोढ़ गरम देशोंमें बहुत अधिक पाया जाता है, बहुत ज्यादा पाक्षीपमका नतीजा है और प्रायः किसी दूसरी बीमारीसे पैदा होता है। यह विशेषकर तब पैदा होता है जब बुखार और

गरमीका इलाज दवाइयों द्वारा किया जाता है। जब गरमी साधारण रीतिसे देहमें दबा दी जाती है तो चक्का होना असम्भव हो जाता है, क्योंकि पारा, जिसे डाक्टर लोग साधारणतः गरमीकी बीमारीमें दवाकी भांति देते हैं, शरीरकी उस शक्तको बहुत घटा देता है जिसके द्वारा आदमी चक्का हो सकता है।

कोढ़ स्वाभाविक रूपसे और बीमारियोंकी भांति एक ज्वर सन्वन्धी बीमारी है। क्योंकि शरीर गांठोंको गलाकर विजातीय द्रव्य बाहर निकालनेकी चेष्टा करता है। यदि शरीरमें नासूर या फोड़े पैदा हो जाते हैं तो गांठें उसके साथ ही साथ लुप्त हो जाती हैं और उसके शरीरकी जो त्वचा पहले सूजी और चमकदार थी अब अपनी वास्तविक आर्द्रताकी दशामें फिर आ जाती है। त्वचाके छिद्र खुल जाते हैं। यदि शरीरमें इतनी शक्ति नहीं रहती कि नासूर या फोड़े पैदा हो सकें तो गांठें बहुत बड़ी बड़ी हो जाती हैं या सूखकर सख जाती हैं। पर शरीरका शेष भाग पहलेकी भांति जीवित दशामें बना रहता है।

इस पुस्तकके अंतमें कोढ़ियोंका जो चित्र दिया गया है वह एक असली फोटोसे लिया गया है। उसमें कोढ़ियोंका एक समूह दिखाया गया है। इनमेंसे कुछ कोढ़ियोंके कुछ अङ्ग पिलकुल साबित हैं, पर वे इतने दुबले हो गये हैं कि उनमें सिर्फ हड्डियाँ ही हड्डियाँ, त्रिजलार्ध पड़ती हैं। ऐसे आदमियोंके वनि होनेकी आशा अधिकतर दुराशामात्र है, क्योंकि ऐसी हालतमें

चित्र सं० २३ (४६ क)



गरदन कुछ ज्यादा मोटी है, पगलको रेखा कुछ मिटली
गयी है, शेष सब ठीक है।

उनका माप ही माप चगा हो जाना असम्भव है। हां, अगर बदन धूँस मोटा ताजा हो और उसके अन्दरका विजातीय द्रव्य सूखकर सड़ने न लगा हो तो शायद यह बीमारी दूर हो सकती है।

डाक्टरोंका यह क्याल है कि इस रोगके आराम होनेकी आशा रखना व्यर्थ है, पर उनका यह विश्वास इसलिये है कि वे उयरकी और साधारणतः कुल रोगोंकी, वास्तविक दशासे बिलकुल अनजान हैं। कोठकी बीमारीका कोई दिक्कायटी इलाज भी वे नहीं बतला सकते, क्योंकि सारे शरीरमें बाधीपन होनेसे कोई ऐसा भाग नहीं बचा रहता जहाँका विजातीय द्रव्य हटाया जा सके। इसलिये डाकुरी घिघा अपनी शक्तिको एक दूसरे प्रकारसे काममें लाती है। डाकुर लोग कहते हैं कि कोढ़ी अपने कुटुम्बसे अलगा करके किसी ठाण्डा टापूमें भेज दिये जायें। पर वह चीज या वह स्थान दूर कर देनेपर भी कोढ़ लगातार पैदा होता जा रहा है और डाकुरोंकी चिकित्सा इसे रोकनेमें बिलकुल असमर्थ है। कहा जाता है कि एक विशेष प्रकारके कीटाणु इस रोगको पैदा करते हैं, पर डाकुर लोग शरीरके बाधीपनके विषयमें कुछ भी नहीं जानते।

भाहति निदानका एक मामूली मौसिफिया भी इस बातका पता तुरन्त लगा सकता है कि बाधीपनसे कैसी कैसी बीमारियाँ पैदा हो सकती हैं। इस बातका आमना कुछ फटिन नहीं है कि कोई बीमारी तबतक नहीं पैदा हो सकती जबतक

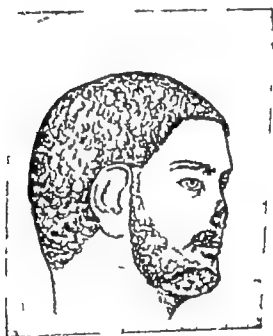
कि वदनमें बहुत ज्यादा घादीपन न हो। इसलिये इस नये निदानद्वारा माप मनुष्यको इस घातसे पहले ही सचेत कर सकते हैं कि देखो यदि तुम अपना घादीपन दूर करनेमें देर करोगे या उसकी ओरसे बिलकुल बेपरवाह रहोगे तो इसका बड़ा बुरा फल तुम्हें मिलेगा और तुम रोगके चंगुलमें फँस जाओगे।

इसमें कोई सन्देह नहीं कि यदि स्वाभाविक उपचारोंमें ठीक समयपर उत्साहसे उचित चिकित्सा आरम्भ की जाय तो बहुतसे कोढ़ी घरे हो सकते हैं।

बहुतसे ईसाई मिशनरियोंने इस चिकित्साको अपने हाथमें लिया है, कोढ़ियोंमें इस चिकित्साका प्रचार कर रहे हैं जिससे बहुत कुछ सन्तोषजनक परिणाम प्राप्त हुए हैं। यह बीमारी भी उसी तरह पैदा होती है जिस तरह कुमरी बीमारियाँ, और इसलिये जयतक कि शरीरमें यथेष्ट प्राण शक्ति है तबतक यह बीमारी भी ऊपर लिखे हुए उपायसे दूर हो सकती है।



चित्र स० २४ (एक पारसी मूर्तिका भग्नावशेष) (४८ क)



सिर पीछेकी ओर बड़ा । गरदन बहुत मोटी, पीछेकी रेखा
गायब । शेष सब ठीक है ।

चिकित्साका अभ्यास



मैंने पाठकोंको कई ऐसे मित्र मित्र लक्षण बतला दिये हैं जिनसे साधारणतः प्रत्येक रोग और विशेषतः उसके प्रधान प्रधान रूपाँकी पहचान की जा सकती है। अब मैं पाठकोंको कुछ ऐसी बातें बतलाना चाहता हूँ जिनसे आकृति निदानकी सहायतासे किसी आध्मीका चेहरा देखते ही यह ज्ञान सकते हैं कि उसमें कौनसी बीमारी है। विशेषकर वे अपने और अपने पुटुम्यियोंके रोगोंकी पहचान तो बहुत जल्द कर सकते हैं।

अभ्याससे ही मनुष्य हर बातमें होशियार हो सकता है, पर रोगकी पहचानमें होशियारी तेजीके साथ तभी बढ़ेगी जब कि अभ्यास करनेवाले मनुष्यकी आँखें तेज और नज़र पक़ी है। साथ ही मैं पाठकोंको यह भी स्मरण दिलाना चाहता हूँ कि जो लोग अपने रोगकी चिकित्सा वा मिदाम नहीं करना चाहते, उनको ध्यान पूर्वक देखकर वा धूरकर दूर फरना और अपनेको अशिष्ट सिद्ध करना उचित नहीं है।

अब मैं कई ऐसे आध्मियोंका उगोरेदार हाल आपको सुनाना चाहता हूँ जिनकी चिकित्सा मैंने की है। इस ग्रन्थमें जो चित्र दिये गये हैं उनका हवाला भी आपको दिया जाता है, पर कुछ बातें ऐसी हैं जो सस्पीरोंमें नहीं प्रगट की जा सकतीं जैसे

शरीरकी रगत और शरीरके मित्र मित्र अंगोंका तनाव । अबसर सिर्फ एक ही हिस्सेका यादीपन तस्वीरमें दिखलाया जा सकता है पर जो बातें गौरके साथ देखनेसे मालूम हुई हैं उनका विल कुल ठीक ठीक घर्णन किया गया है । अन्तमें विशेष बात याद रखने लायक यह है कि सभी दशाओंमें ध्यानसं देखकर ही आवश्यक परिणाम निकाला जाय ।

[१]

मान लीजिये कि चित्र नं० ११ में जिस लड़कीको दिखाया गया है वह हमारे पास अपने रोगकी पहचान करानेके लिये आये तो हम पहले क्या करेंगे । सबसे पहले हम उसकी चालढाल और रङ्गतपर ध्यान करेंगे । उसकी चाल-ढाल किसी तरह अच्छी नहीं है । सिर आगेकी ओर झुका हुआ है, रङ्ग पीला है, देखनेसे यह बात तुरन्त मालूम हो रही है कि विजातीय द्रव्यके व्यावसे उसकी आँखें आधी बन्द सी हो गयी हैं । घास्तनमें यह लड़की एक तरहसे अन्धी हो रही है । हमें तुरन्त पता लग सकता है कि यह लड़की बहुत बुरी तरहसे बीमार है और उसका सिर यादीपनसे बहुत अधिक भरा हुआ है । अब हमें इस बातका निश्चय करना चाहिये कि यह किस प्रकारका यादीपन है । उसके सिरकी ओर देखनेसे ही हमें अच्छी तरह पता लग सकता है कि इस लड़कीके सामनेवाले भागमें बड़ा गहरा यादीपन है, क्योंकि खोदरेको गरदनसे जुड़ा करनेवाली जो लकीर होती है यह इस लड़कीमें उचित स्थानपर

चित्र सं० २५ (१० क)



नहीं बल्कि उसके बहुत पीछे कानके पास है। उसकी पोठमें बहुत ही हलका सा यादोपन है। उसकी गर्दनके पीछे जोड़वाली हड्डीपर जो लकोर है वह फटीय करोय भन्ने ठीक स्थानपर है। अगर सिर ठीक ढंगपर रखा जाय तो यह बात अधिक स्पष्टतासे दिखलाई पड़ सकती है। इसके बाद यदि हम उससे कहें कि वह अपना सिर ऊपरकी ओर मोड़े तो हम उसकी दशा और भी अधिक ध्यानसे देख सकते हैं। ध्यानसे देखनेपर आपको मालूम पड़ेगा कि गर्दनमें तगावके साथ साथ सूजन भी है। यदि सिर एक तरफसे दूसरी तरफ मोड़ा जाय तो गलमें भी हलका सा यादोपन दिखलाई पड़ेगा। लेकिन वहाँपर तगाव बहुत ही कम प्रकट होगा। उसकी माँखोंमें जो बीमारी है वह सामनेकी ओरके यादोपनसे उत्पन्न हुई है। हम निश्चित रूपसे कह सकते हैं कि उसके बहुतका कुछ सामने वाला भाग यादोपनसे भरा हुआ है। देखिये उसका पेट खास तौरपर यादोपनके कारण आगेकी ओर निकला हुआ है। पर इस लड़कीके गलयाँ के भागोंमें यादोपन इतना अधिक नहीं है कि उससे कोई घबड़ाहट पैदा हो।

सिरमें यादोपन बढ़ता जा रहा था इसीसे नेत्रोंपर भी उसका प्रभाव पड़ा, पर सीमाव्यसे हम उस लड़कीको यह सान्त्वना दे सकते हैं कि तुम्हारे शरीरमें विशेषतः सामनेकी ओर यादोपन है इसलिये तुम्हारा रोग अन्य रोगोंकी अपेक्षा अधिक सरलता से दूर हो सकता है।

हमें चाहिये कि हम फेयल आंखोंकी ही दृष्टि न करने लगें । बल्कि हमारा उद्देश यह होना चाहिये कि हम उस विजातीय द्रव्यको निकाल दें जो पेटमें जमा हुआ है । उसके साथ ही साथ आंखोंकी दृष्टि सुधरने लगेगी और कुछ समयमें आंखोंकी बीमारी बिलकुल जाती रहेगी ।

पाठकोंको उसके हाथमें कुछ घाघ सा देखकर आश्चर्य होगा । यह घाघ कृत्रिम रीतिसे टीका लगानेसे पैदा हुआ था । इस बालिकाका रक्त भी "ट्यूबरकुलिन" नामक दवाकी टीका लगानेसे बिलकुल बिलेला हो गया है । पर यह बात परीक्षासे निश्चित नहीं हो सकती । यह बात उसकी मांसे मालूम हुई है । इससे हम इतना पता अवश्य लगा सकते हैं कि उसके रंगे होनेमें देर लगेगी ।

इस बाधाके होते हुए भी उसकी आंखें कुछ ही सप्ताहमें अच्छी हो गयीं और उसके सिरका बादीपन बहुत कुछ दूर हो गया ।

[२]

जिस लड़केकी शकल चित्र नं० ३८ में दी गयी है उसे साधारण रूपसे देखनेसे हमें कोई बात ऐसी दिखलाई नहीं दे सकती कि जिससे उसका रोग प्रकट हो । वास्तवमें अधिकतर मनुष्य तो उसे स्वस्थ ही समझेंगे । उसकी ऊपरी चाल-ढाल अच्छी है और देखनेमें भी उसकी रज्जतसे यह नहीं पता लगता कि वह बीमार है । हां, यह बात अवश्य है कि उसकी रज्जतसे

चित्र स० २६ (५२ क)



सिर बहुत बड़ा एक तरफ झुका हुआ । माथा बहुत ऊँचा
गद्दीदार । भौंखें बखल । नाक प्रायः ठीक । मुँह कुछ खुला ।
चेहरेपर विमाजक रेखाएँ नदारद । बायीं ओर गरदन बहुत
मोटी ।

युवकालकी ऐसी ताजगी नहीं देख पड़ती जैसी कि चाहिये। लेकिन यदि हम यह ध्यान रखें कि साधारणतः युवावस्था कैसी ताजगी होनी चाहिये तो हमें गोटा ध्यान देनेसे ही यह पता लग जायगा कि उसके सिरका छोटीवाला हिस्सा कुछ अधिक बड़ा है।

अब हम उसके रोग को व्योरेणर पहचान भागे लिखते हैं। उसके पीठमें कोई वादीपन नहीं है, उसके चेहरेके चारों ओर जो अलग करनेवाली लकीर है वह जैसी चाहिये ऐसी ही है इससे शायद आप कह सकते हैं कि उसके सामनेकी ओरमें भी कोई वादीपन नहीं है पर ध्यानपूर्वक देखनेसे हमें पता लग सकता है कि उसकी गरदनकी बाई ओर गांठ पड़ी हुई है। अब वह अपना सिर एक ओरको मोड़ता है, यह गांठ और भी स्पष्ट हो जाती है, अब वह अपना सिर पीछेकी ओर झुकाना है तो हमें उसके सामनेकी ओर बहुत अधिक खून और तनाव दिखाई देता है। इस तरह हम देखते हैं कि उसके न सिर्फ बाई ओर बल्कि सामनेकी ओर भी वादीपन क्षायी पैदा कर रहा है।

अब हम समझ सकते हैं कि जैसा हमलोगोंने पहिले ब्याज किया था उससे अधिक वादीपन उसमें है। उसके शरीरमें विजातीय द्रव्य स्वरूपसे ऊपरकी ओर ब्याज डाल रहा है और नीचेकी ओर बहुत ज्यादा गरमी मालूम पड़ रही है। सड़ा हुआ विजातीय द्रव्य किसी कदर माथे तक पहुँच गया है,

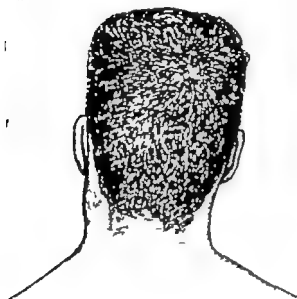
उसका कुछ हिस्सा गलेमें भी जम गया है जिससे घांटापर गांठें पैदा हो गयी हैं। इस तरहकी गांठें कुछ कम या अधिक संख्यामें पेटके ऊपर विशेषतः धार्यों और दिखलाई पड़ सकती हैं।

इसमें कोई सन्देह नहीं कि इस बालकको दिलके धड़कनकी बीमारी है। उसे पसीना भी बहुत कम आता है, इस कारण उसकी पाचन शक्ति कमजोर हो गयी है, क्योंकि पसीनेका पाचन-शक्तिके ऊपर सदा बहुत अधिक प्रभाव पड़ता है।

यदि सड़ा हुआ विजातीय द्रव्य धार्यों तरफ सिरकी ओर और भी अधिक बढ़ जाता है तो उस ओर सिर और कानका वर्द पैदा हो जाता है और बाल उड़ जाते हैं। कुछ वर्षों में सिरपर गांठें पड़ने लगती हैं। यदि दाढ़ीपन धाई ओर होता है तो घात रोग पैदा हो जाता है। छातीमें भी बीमारी पैदा हो जानेका भय रहता है, क्योंकि, जैसा कि आप तस्वीरमें देख सकते हैं, उसकी गरदनके इधर उधर चिप जमा हो गया है। यह पहले सिरकी ओर जायगा या छातोकी ओर, तबतक निश्चित नहीं हो सकता जबतक कि हमें कोई विशिष्ट लक्षण न दिखलाई पड़े। अवाहरणकी भांति सूखी खांसी इस घातका चिह्न है कि फेफड़ेतक दाढ़ीपनका असर पहुँच गया है।

अब कर्त्तव्य यह है कि विजातीय द्रव्य पीछेकी ओर हटा दिया जाय। विजातीय द्रव्य पीछेकी ओर तभी हटा सकता है जब कि स्नान और उचित भोजनके द्वारा शरीरके अन्दरवाली गरमी कम कर दी जाय। यह रोगी नवयुवक है और उसके

चित्र स० २७ (५४ क)



यह चित्र २६ का पृष्ठदृश्य है। सिर लगभग घगाकार है और गरदम एकदम मोटी और फूली हुई है।

पोछेकी ओर कोई बादीपन नहीं है। इसलिये हम उससे यह वादा कर सकते हैं कि माई तुम अवश्य खंगे हो सकते हो, पर इसके लिये घैर्यकी आवश्यकता होगी, क्योंकि विजातीय वृद्ध गाँठोंकी शक्तिमें पहलेहीसे जमा हो गया है। इसी तरहसे पगल की ओर भी बादीपन दिखाई पड़ सकता है। अगर सामने की ओर सीधा सादा बादीपन हो तो उसके खंगे होनेमें इसका बाधा समय भी न लगेगा और अधिक सरलतासे रोग दूर हो जायगा।

[३]

चित्र नं० ७ में जिस आदमीकी शक्ति दिखलाई गयी है उसका डील अच्छा है। चेहरेके ऊपरी भागोंका रंग साधारणतः जैसा चाहिये वैसा ही है, पर निचले हिस्सेकी रंगत कुछ कुछ भूरी है। उसमें बादीपन भी है। उसके शरीरके दोनों बगलोंपर ध्यान देनसे पता लगेगा कि इस आदमीमें भी बादीपन सामनेकी ओर है। उसके चेहरेके चारों ओर गरदनसे पृथक् करनेवाली जो लकीर होती चाहिये थिलकुल हो मिट गयी है। यदि सिर ऊपरकी ओर उठाया जाय तो गरदनकी यह सूजन जो दुष्टीतक फैली हुई है अच्छी तरह दिखाई देगी। सिरको बाहिरी या पार्श्व ओर घुमानेसे पगलमें कोई तनाव न दिखाई पड़ेगा। इससे यह प्रकट होता है कि उसके दोनों बगलोंमें बादीपन नहीं है। उसकी पीठमें भी कोई बादीपन न दिखाई पड़ेगा।

यों ध्यान दे सकते हैं कि रोगीको सिर्फ गरदनपरकी तक-

छोफ है। गरमीमें कुछ कमी होनेसे उसे घातका दर्द बहुत ज्यादा सताने लगता है। उसकी उम्रसे हम अनुमान कर सकते हैं कि शायद उसके कुछ घात गिर गये हैं। चिन्तावीय द्रव्य विशेषतः चेहरेके नीचेवाले भागमें जमा हुआ है और कुछ ऊपरवाले भागमें भी प्रवेश कर गया है, जिससे उसके बाल गिर गये हैं। शायद माथेपर भी किसी एक कुछ मसर पहुँचनेका धटका है।

इसका घादीपन केवल सामनेवाले भागमें है, इसलिये गेगी को यह विश्वास दिलाया जा सकता है कि उदर-स्नान और मेहन-स्नानके द्वारा वह जल्द चढ़ा हो सकता है। साधारणतः वह वृद्धावस्थातक पहुँचनेकी आशा कर सकता है।

[४]

जिस युवा लोका चित्र तस्वीर नं० १६ में दिया गया है उसका सिर कुछ कुछ बायीं ओर झुका हुआ है। इस बातसे हम तुरन्त यह परिणाम निकाल सकते हैं कि उसके दाहिनी ओर घादीपनकी शिक्षायत्त है। बायीं ओरकी अपेक्षा चेहरेका दाहिनी ओरवाला भाग अधिक चौड़ा और छम्मा है। दाहिनी ओर चेहरेका खमड़ा खमकदार मालूम पड़ता है, पर दूसरी ओर खमड़ेकी रकून जैसी चाहिये वैसी ही है।

यदि उसका सिर घुमाया जाय तो हम इस बातका निश्चय कर सकते हैं कि घादीपन दाहिनी ओर तथा कुछ कुछ बायीं ओर है।

इसलिये हम बेझटके यह परिणाम निकाल सकते हैं कि

चित्र सं० २८ सन्न और बादीपन (५६ क)



सिर बहुत बड़ा । माथा गद्दीदार । नाक बहुत पतली । मुँह
कुछ लुला हुआ । चेहरे और गरदनके पीछेकी चिमाटक रेखाएँ
गायब । गरदन सब ओरसे मोटी और बड़ी हुई ।

पेटके दाहिनी ओरवाले मुलायम भागोंमें बहुतसा सड़ा गला विजातीय द्रव्य जमा हुआ है जिससे उस ओरके अंग दबेसे हैं। जितने अंग और जितनी इन्द्रियां बदनके बायीं ओर हैं उन सबोंपर भी बादीपनका प्रभाव पड़ेगा जिससे इस बातका डर हो सकता है कि शायद उसके दांतों और कामोंमें दर्द उठे और इसकी आंखोंमें सूजन हो जाय या उसके आधे सिरमें दर्द होने लगे। जितनी तेज बीमारियां हैं, जैसे कि हलफकी सूजन, उन सबोंका पहले-पहल दाहिनी ओर भवश्य प्रभाव पड़ेगा लेकिन अगर पसीना जैसा चाहिये वैसा निकलता है तो उस रोगीको सरद्री या जुकामसे बहुत कम तकलीफ होगी।

[५]

इस चिकित्सामें होशियार आदमी तत्काल यह देख लेगा कि तबीर नं० १७ में जिस आदमीकी शक्ति बिगलायी गयी है वह वैसी ही नहीं है जैसी चाहिये। उसका बाया कंधा दाहिने कंधेसे ज्यादा ऊंचा है। हम यह भी देखते हैं कि उसका सिर बदनके दाहिनी ओर झुका हुआ है। बदनका कुल भार और बाला हिस्सा दाहिनी ओरवाले हिस्सेसे ज्यादा चौड़ा और ज्यादा मजबूत है। उसका रङ्ग पीला है। उसके चेहरेपर नाउमोदी साफ तौरपर फलक रही है, जिससे जाहिर होता है कि उसके बदनमें सड़ा हुआ विजातीय द्रव्य बहुत ज्यादा जमा हुआ है।

ज्यादा गौरसे देखनेपर हमें पता लगता है कि उनके बायीं ओर बहुत ज्यादा यादीपन है। उसके सामनेकी ओर घादीपन हलकासा है पर पीछेकी ओरवाले हिस्सेपर बहुत ज्यादा यादीपनका अंश है। हा, दाहिनी ओरवाले हिस्सेमें यादीपन बिल्कुल नहीं है।

बायीं ओर बहुत ज्यादा यादीपन होनेसे यह जाहिर होता है कि पेटमें यादीपन बहुत ज्यादा बढ़ गया है। इसमें कोई सन्देह नहीं कि विशेषतः बायीं ओर पेटमें बहुत अधिक सूजन है। जिससे हर प्रकारकी खराबी पैदा होनेका डर हो सकता है।

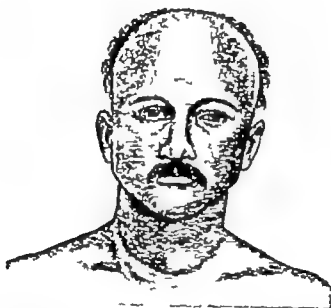
इस रोगीको हृदयका रोग भी जरूर है। उसका मुकायमा कुछ कुछ घातरोगकी ओर है। बहुत अधिक घादीपन होनेके कारण उसे पक्षाघात भी हो सकता है। और हो तो शायद दाहिनी ओर होगा।

घादीपनकी ऐसी बड़ी हुई हालतमें पूरी तरहसे चम्का होना असम्भव सा है। हा, रोगीकी दशामें कुछ सुधार जरूर हो सकता है।

[६]

चित्र नं० २०में देखिये, एक ऐसे मनुष्यका रूप है, जो देखनेमें मजबूत और खूब आगममें पला हुआ मालूम पड़ता है। पर आप देख सकते हैं कि उसके शरीरका ढील ठीक

चित्र स० २६ सध और बादीपन । (५८ क)



तिर बहुत बडा । माथा चवकीला । माँकेँ बैठी हुई । नाक
कुछ उपादा चौड़ी, मुह कुछ खुला । खेहरा धर्गाकार विभाजक
रेखा नदारद । गरदन बहुत मोटी, कड़ी, पीछेकी ओरकी रेखा
गाथय ।

नहीं है। उसका सिर कुछ आगेकी ओर झुका हुआ है। चेहरा एक दम सुर्ख है और उसपर प्रयङ्गाद या जोशके चिह्न दिखाई पड़ते हैं। माथेपर चर्बीकी गद्दीसी उभरी हुई मालूम पड़ती है।

हम तुरन्त देख सकते हैं कि इस आधमीमें पीछेकी ओर यादीपन है। अधिक ध्यान देनेसे पता लगता है कि गरदनके पीछे जोड़वाली हुई सड़े हुए विजातीय द्रव्यके भरी हुई है जिससे वह अपना सिर इधर उधर नहीं हिला सकता। जब मैं उससे निर इधर उधर हिलानेको फहा तो ऐसा करनेमें उसे अपना कुल बदन हिलाना पड़ा। बगलकी ओरवाले यादीपन के चिह्न दोनों तरफ दिखाई पड़ सकते हैं। गरदनकी हर ओर कड़ी सूजन है उससे यह स्पष्ट होता है कि उसके सामनेकी ओर बिल्कुल यादीपन नहीं है।

यह रोगी बहुत ही कमजोर है और शायद वह और अधिक मानसिक परिश्रम या बहुत देरतक लगातार शारीरिक परिश्रम करनेके अयोग्य है। उदाहरणार्थ वह किसी व्याख्यानको आरम्भ से अन्ततक समझनेके लिये मनको यथेष्ट एकाग्र नहीं कर सकता। उसमें इतनी शान्ति या स्थिरता नहीं है कि वह लगातार कुछ देरतक बैठकर गाना बजाना सुन सके या नाटक वगैरह देख सके। वह किनी कमरेमें बहुत देरतक बैठनेमें भी असमर्थ है। हम बातका यही डर है कि शायद इसके मस्तिष्क में कुछ विकार न हो जाय।

बघासीरके रोगसे मोटो गाँठें सी पड़ जाती हैं और उसीसे सड़ा हुआ विजातीय द्रव्य पीठकी ओर भी बढ़ता है।

यह रोगी मेरी बिकित्साके अनुसार कई बरस इलाज करनेके बाद पूरी तरहसे चक्का होनेकी आशा कर सकता है। पर एकत्रित विजातीय द्रव्य अभी उसके शरीरमें बहुत कड़ा नहीं हुआ है इसलिये कुछ ही हफ्तोंके अन्दर उपोद्दी विर विजातीय द्रव्यसे कुछ कुछ खाली हो जाय त्यों ही सुधारकी आशा हो सकती है लेकिन पूरी तरहसे चक्का होनेके लिये कुल पीठवाला और बगल-वाला बादीपन निकाल दिये जानेकी जरूरत है।

[•]

जिस मनुष्यका चित्र नं० २ है, देखिये उसका शरीर कैसा मोटा, तौंद कैसी फूली हुई है। वह बहुत ही धीरे धीरे हमारी ओर आ रहा है। उसकी खाल ढाल खराब नहीं है पर उसका रङ्ग बहुत ज्यादा लाल है और उसके चमड़ेकी रङ्गत बहुत ही अधिक चमकदार है जिससे मालूम पड़ता है कि बीमारीने इसके बदनमें बहुत दूरतक घर का लिया है। उसकी मोटाई यह बात कह रही है कि उसमें बहुत ही अधिक बादीपन है। माया खर्चीसे भरा हुआ गद्देदार मालूम होता है। वह इस तरह धाँकोंको दाबे हुए है कि धाँके छोटी मालूम पड़ती हैं और मुश्किलसे खोली जा सकती हैं। हम तुरन्त देख सकते हैं कि बादीपन उसके पीछेकी ओर है। बादीपनका दबाव उसके माघेसे लेकर पीछेकी ओर नीचेतक है। उसके ढीले-ढाले

चित्र स० ३० सब ओर खादीपन । (६० क)



सिर यहूत बढा । मांसो संचल । मुंह कुछ खुला । खेहरा
बेडील, ऊपरवालेसे नीचेवाला भाग उपादा चौडा । विभाजक
रेखा अदृश्य । माथा प्राय ठीक ।

लटकते हुए गाल प्रकट कर रहे हैं कि उसका सिर विजातीय द्रव्यसे बिलकुल भरा हुआ है। जिस तरह वह एकटक देख रहा है, उससे यह दर होता है कि कदाचित् उसके मस्तिष्कमें पागलपन आरम्भ हो गया है।

आइये उसे अधिक ध्यानसे देखें। देखिये उसकी गरदन लगभग उतनी ही मोटी है जितना उसका सिर। इसलिये दोनोंमें कुछ भी फरक नहीं मालूम पड़ता। गरदन चारों ओर सूजी हुई और बिलकुल कड़ी मालूम पड़ती है। इस वजहसे सिर एक ओरसे दूसरी ओर नहीं घुमाया जा सकता। हाँ, वह सिर्फ ऊपरकी ओर उठाया जा सकता है। गरदनके पीछे जोड़ वाली हड्डी और जबड़ेपर चेहरेको गरदनसे अलग करनेवाली लकीर बिलकुल ही गायब है। अब हम देख सकते हैं कि इस भादमीके सारे शरीरमें बहुत अधिक बाधोपन है। पर आजकल लोगोंको इस बातका बहुत कम ज्ञान है कि स्वाभाविक भावति कैसी होनी चाहिये, इसलिये अधिकतर लोग इस रोगीको दूढ़ और स्वल्प मनुष्य समझेंगे।

यह स्पष्ट प्रकट है कि यह रोगी विरकालसे चित्तकी अस्थिरता और अशक्ततासे पीड़ित है। युवावस्थासे ही उसे अपच और विशेषता कब्जियतकी शिकायत थी। इसमें भी कोई सन्देह नहीं कि उसे यवासीरकी भी शिकायत है। यह भी निश्चय है कि उसे शान्तिके साथ ऐसी मीढ़ कमी नहीं आती कि जिससे उसे अपने बदनमें ताजगी मालूम

पड़े शायद उसे लगातार धर्मों से नींद न आनेकी बीमारी है। यद्यपि उसके मस्तिष्कमें लकवासा लग गया है तथापि उसे कहीं चैन नहीं मिलती, क्योंकि बहुत अधिक आन्तरिक ज्वर होनेके साथही साथ विजातीय द्रव्यका दबाव भी ऊपरकी तरफ बहुत अधिक मालूम पड़ता है। उसके यार्यो ओर भी बादीपन होनेसे पसीना कम निकलता है, जिससे विजातीय द्रव्यका दबाव ऊपरकी ओर बढ़ रहा है। यद्यपि अभी उसकी अवस्था बहुत अधिक नहीं है तथापि वह कोई काम ठोक ढंगपर नहीं कर सकता। वह बहुत दिनोंसे नपु सक भी हो रहा है।

पेसा आदमी हर तरहकी बीमारीका शिकार हो सकता है। यदि उनकी चिकित्सा तत्काल न की जायगी तो उसका मस्तिष्क अवश्य बिल्कुल खराब हो जायगा। इस रोगीमें शक्तिकी मात्रा बिल्कुल कम है इसलिये उसका पूरे तरहसे खराब होना अमममस्य सा है। अगर रोगीकी हालतमें थोड़ा भी सुधार हो जाय तो समझ लेना चाहिये कि थड़ी मारी सफलता हुई।

[८]

तस्वीर न० ४१में करीब ३० धरमके आदमीका रूप है। उसका सिर आगेकी ओर झुका हुआ और छाती भीतरकी ओर घनी हुई है। उसका रंग पीला है और वह देखनेमें निर्जीव तथा सुन्न मालूम पड़ता है। उसका चेहरा दुपला और उतरा हुआ तथा उसके गालकी वृद्धि उमरी हुई है।

चित्र म० ३१ (६२ क)



चित्र ३० का पूरदेश। कानके पीछे एक बस फूटा हुआ
भीर गरदन कडी और पटी हुई।

इस लक्षणोंसे पता लगता है कि इस रोगीको अच्छी खुराक नहीं मिली है, जिससे उसकी पाचन शक्ति क्षीण हो गयी है और उसका शरीर दिनपर दिन क्षीण होता जा रहा है।

अधिक ध्यान देनेसे हमें पता लगना है कि उसकी गरदन आवश्यकतासे अधिक लम्बी है और उसमें गांठें पड़ी हुई हैं। तस्योर नं० ४२ में उसी आदमीका सामनेवाला हिस्सा दिखा-लाया गया है। इस आदमीमें पाक्षीपन सामनेकी ओर है, लेकिन उसके शरीरके मोन विजातीय द्रव्य सूज गया है और उसके पुंके क्षीण हो गये हैं। इसलिये वेहरेके चारों ओर गरदनसे जुदा करनेवाली लकीर फिर अपनी ठीक डङ्गपर आ गयी है। अगर उसका सिर ऊपरकी ओर उठाया जाय तो हमें उसकी गरदनपर बहुत अधिक तनाव दिखलाई पड़ गा। उसपर गांठें भी ऐसी स्पष्ट दिखलाई पड़ रही हैं कि इस बातमें कुछ भी शक नहीं रह जाता कि उसके यदनमें पाक्षीपन सामनेकी ओर है। गरदनके दोनों ओर भी बहुत अधिक पाक्षीपन है, क्योंकि गरदनके दोनों ओरवाले हिस्से ठने हुए दिखलाई पड़ते हैं।

यह एक ध्यान देनेकी बात है कि पाक्षीपन बहुत अधिक ऊपरकी ओर नहीं बढ़ा है, क्योंकि उसका माया पाक्षीपनसे ऋाली है और उसके घाल अच्छी हालतमें है।

उसकी पोठमें बिलकुल ही पाक्षीपन नहीं है। विजातीय द्रव्य विशेषतः गरदनमें जम गया है और उसके सामने तथा बालवाले हिस्सेमें पूरी तरहसे फैल गया है। विजातीय द्रव्य

फेफड़ोंको पार करना हुआ नीचेको ओर भी चला गया है। इसीलिये उसकी छाती और कन्धे घँस गये हैं।

चूँकि उसके पोछेकी ओर यिलकुल वायीपन नहीं है इसी लिये उसके दिमागमें कोई गड़बड़ नहीं है। उसकी बीमारी पुरानी हो गयी है इसीलिये उसे कोई कष्ट या घेबेनी नहीं होती और इसीलिये उसका चेहरा भी शांत दिखलाई पड़ता है। वह उन रोगियोंमें गिना जा सकता है जो आखिरी घड़ीतक माँ चंगे होनेकी उम्मीद करते हैं। हमें चाहिये कि हम उसे सच्ची बातें बतलाकर नाटम्य न कर दें, पर हमें यह बात अवश्य मालूम है कि उसके चंगे होनेकी बहुत कम आशा है। हाँ, उसकी हालतमें कुछ न कुछ सुधार जरूर हो सकता है।

अमान्यसे उस रोगीकी हालत ठीक तरहपर और पहले नहीं जाँची गयी, नहीं तो एक या दो साल पहले इलाज करनेसे शायद वह चढ़ा हो जाता।

चित्र सं० ३२ सब आर बादीपन (६४ क)



सिर ऊपर अत्यधिक चौड़ा । माथा और आँखें घुसी हुई ।
चेहरा पीछा । गरदन कड़ी और बहुत मोटी ।

1

2

3

1 2 3

1

आँखोंकी ओर गया है। देखिये उसका पेट भी बहुत ज्यादा बड़ा है। बहुतसे लोग शायद उसे बहुत ही तन्दुरुस्त और मोटा ताज़ा ब्याल करेंगे, पर हम जानते हैं कि वह कितना अधिक बीमार है। आप आसानीसे देख सकते हैं कि उसकी आँखों पर बादीपनका बड़ा गहरा असर है। जब यह लड़का मेरे पास इलाजके लिये लाया गया तो वह करीब करीब भँधा था। तख्तीरोंमें उसकी हालत एक महीनेके इलाजके बाद दिखलाई गयी है। इलाजके आरम्भमें उसका पेट बहुत अधिक भारीकी ओर निकला हुआ था और आँखोंकी ओर बादीपनका इतना उपादा दबाव था कि उसकी तख्तीर नहीं लो जा सकती थी।



बादीपनका इलाज

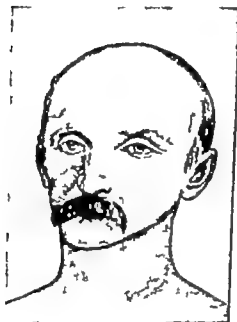


रोगकी चिकित्साकी सचित विधि केवल एक ही है— शरीरसे बादीपन या विजातीय द्रव्यको दूर करना। शरीरमें एकत्र विजातीय द्रव्यको शरीरके एक भागसे दूसरे भागमें कर देना या उसे शरीरके भीतर ही रहने देना और उसीमें सूखनेके लिये छोड़ देना चिकित्सा नहीं है, रोगके चिह्नोंको भीतर दबा देना मात्र है।

रोगके चिह्नोंको भीतर दबा देनेकी चिकित्साको पुराने ढंग-पर चिकित्सा करने वाले हकीम डाकूर अच्छी चिकित्सा समझते हैं। कई अन्य प्रकारकी चिकित्साएं भी हैं जो कभी कभी येजाने बूझे हुए भी धीमारीके कारणोंको दूर करनेके काममें लायी जाती हैं। इनमें प्रायः यरावर सफलता नहीं होती। चिकित्साकी सबसे अच्छी रीति मेरे चिकित्साशास्त्रमें व्योरेके साथ लिखी है। इस चिकित्सा ग्रन्थमें बिना औषधि और चीर-फाड़के आरोग्यता प्राप्त करनेकी विधि लिखी है। मैं अपने पाठकोंका ध्यान उस पुस्तककी ओर दिलाता हूँ और उसे पढ़नेकी सलाह देता हूँ। उसका नाम नया आरोग्य साधन है।

मैं सबसे पहले यह सिद्ध करना चाहता हूँ कि चिकित्सा उसीको कहते हैं जिससे शरीरका बादीपन यिलकुल दूर हो

चित्र स० ३२ सभ छोर बाटोपन (६६ फ)



सिर ऊपर बहुत पडा नीचे बहुत छोटा । माथा और मांसे
बेड़ी नुर । बेहरा जर्द, पेटील । गर्दन मोटी और कड़ी ।

आय। यह सच है कि साधारणतः वादीपन कुछ दूर होते ही रोगीको यह थोड़ा भान होने लगता है कि मैं बिल्कुल चंगा हो गया। आकृति निदानकी सहायतासे हम यह निश्चय कर सकते हैं कि रोगी पूरी तरहसे चङ्गा हुआ है या सिर्फ उसकी दशामें एक बड़ा सुधार हुआ है।

चित्र नं० ४३ और ४४में देखिये, एक स्त्रीके शरीरमें सामने और बगलकी ओर वादीपन है। उसकी गरदनपर गांठें हैं। इन गांठोंको मिटानेके लिये वह दस घण्टातक हर तरहकी चिकित्सा करके हार गयी। अन्तमें ढाई वर्षतक मेरी चिकित्सेके अनुसार चिकित्सा करनेपर वह बिल्कुल चङ्गी हो गयी। चित्र नं० ४५में देखिये। इस इलाजके बाद रोगीका चित्र दिया गया है। केवल उसकी गांठें ही नहीं गयीं वरन् रोगके अन्य लक्षण भी दूर हो गये हैं। देखिये उसके चेहरेसे चिन्ताके चिह्न आते रहे हैं। गाल भर आये हैं। मुँह बन्द है, पर पहिले उसका मुँह लगातार खुला रहता था। उसकी गरदन भी चिकनी और गोल हो गयी है। पहले उसका वंग पीला था पर अब उसमें ताज़गी दिखलाई पड़ती है। जबतक वह पूरी तरहसे चङ्गी नहीं हुई थी तबतक उसकी पाचनशक्ति बिल्कुल खराब थी। पर अब बिल्कुल सुधर गयी है। अब उसे जीवन मार नहीं मालूम पड़ता। उसकी आकृतिमें भी बहुत सुन्दरता आ गयी है।

चित्र नं० ४६ और ४७ देखिये, यह एक व्यक्तिका उस अवस्थाका रूप है जब वह बीमार था। नं० ४७में देखिये, मेरी

चिकित्साके अनुसार उसमें कितना धक्का परिवर्तन हो गया है। इस सडजनने मुझे जो पत्र भेजा है उसे नीचे छापता हूं, पर मैं पहले यह कह देना चाहता हूं कि तस्वीर नं० ४६ में रोगी कुछ शरीरके घादीपनसे पीड़ित मालूम पड़ता है। उस समय वह बहुत कमजोर था और इस घातका डर नित्य रहता था कि कहीं वह किसी गहरी बीमारीका शिकार न हो जाय। चित्र नं० ४७ में देखिये, उसका घादीपन कितना कम हो गया है। इस चित्रमें वह बहुत ही दुबला दिखलाई पड़ता है, लेकिन कुछ दिन बाद उसका मांस अवश्य भर आयेगा। उस समय बीमारीसे मरे हुए थलथल मांसके स्थानमें यह तन्वुस्त मांस आ जायगा।

मैं यहां यह भी कह देना चाहता हूं कि इस नीचेवाली चिह्नीमें जिस चिकित्साका वर्णन लिखा गया है वह मैंने जवानी नहीं घतलाया था। अपनी जिस पुस्तककी चर्चा मैंने ऊपर की है उसे पढ़कर रोगी भाप ही भाप अपनी चिकित्सा करने लगा था। इसनी बड़ी अवस्थावाले मनुष्यके लिये मेरी समझमें यह चिकित्सा बहुत ही कठिन थी। तथापि चिकित्साके बाद उसका शरीर बहुत कुछ चम्का दिखलायी पड़ने लगा।

पत्रकी नकल

प्रिय मिस्टर कूने,

काई महीनेसे मैं आपको पत्र लिखनेको विशेष उत्सुक था, पर लगातार चिकित्सा और स्नानोंमें लगे रहनेके कारण अब

चित्र स० ३४ साधारण बादीपन (६८ क)



आकृति बेझीड़, कंधोंसे अत्यन्त अधिक डाल । तिर कोमेदार
पीछेका हिस्सा बहुत ऊँचा । गरदन बहुत मोटी पीछेकी रेखा
नदारद । शेष ठीक है ।

नफ न लिख सका था। पर विशेष धातें लिखनेके पुर्य में उस समयकी चर्चा कर देना चाहता हूँ जिस समय मैं आपसे मिला था जिसमें आपको मेरा स्मरण आ जाय।

मैं सन् १८६०में फरवरी मासमें आपके घरपर आपसे मिला था। उस समय मेरी दाढ़ी खूब मरी हुई थी, इसलिये स्वाभाविक रूपसे मैं आजकलकी अपेक्षा कुछ भिन्न दिखलाई पड़ता था।

मुझे आपकी सेवामें अपने चित्र भेजते हुए यड़ी प्रसन्नता होती है। ये असली चित्र हैं। फोटोग्राफरने इनमें कुछ भी परिवर्तन नहीं किया है। पहला चित्र सन् १८८६ के सितम्बर महीनेके अन्तमें लिया गया था। उस समय एक डाक्टरके अस्पतालसे मैं बिलकुल बंगे होमेका सर्टिफिकेट लेकर निकला था। उस अस्पतालमें चार महीनेतक मेरी जो चिकित्सा हुई उसका वर्णन नहीं किया जा सकता। पर सिधाय पागल आदमीके कौन पेशा होगा जो इस चित्रको देखकर मुझे बंगा बतलायेगा। मेरे चित्रको देखकर मुझे अगर कोई बंगा बतलाये तो हँसी भाये बिना नहीं रह सकती। हाँ, मेरी दुःख मरी वशा देखकर शायद लोगोंकी हँसी रुक जाय तो रुक जाय। दूसरी तस्वीर आपकी चिकित्साके अनुसार ठीक साढ़े तीन वर्षोंतक इलाज और मोजन करनेके बाद ली गयी है। अगर किसीने आपकी चिकित्साके अनुसार बहुत कड़े नियमके साथ इलाज और मोजन किया है तो मैंने किया है। इस चिकित्सासे जो परिणाम निकला उससे मुझे बड़ा सम्तोष है।

दोनों चित्रोंमें जो अन्तर और परिघर्त्तन दिखलाई पड़ता है उनपर लोग सहसा विश्वास नहीं करते। आप किसी पत्रमें या अपनी पुस्तकके किसी दूसरे संस्करणमें उन्हें छपाना चाहें तो खुशीसे छपा सकते हैं। आपके चिकित्साशास्त्रमें जो सिद्धान्त बतलाये गये हैं यिलकुल उन्हींके अनुसार मैंने अपनी चिकित्सा आरम्भ की और उन्हींके अनुसार भोजन भी करने लगा। यदि आप चाहें तो मैं यह लिखकर आपको भेज सकता हूँ कि मैंने आपकी चिकित्सा-प्रणालीके अनुसार किस तरह चिकित्सा आरम्भ की और किस तरह उसपर चलता रहा। मैं आरम्भसे ही अपनी चिकित्साके विषयमें सब बातें डायरीमें दर्ज करता रहा हूँ।

मैं अब भी नित्य तीन बार मेहन-स्नान करता हूँ। हर एक ज्ञान ३०से लेकर ४० मिनटतक जारी रहता है। पहला स्नान करीब ६ बजे सवेरे करता हूँ। ८ बजे सवेरेसे लेकर १० बजे सवेरेतक मैं नङ्गे पैर घासमें घूमता हूँ। उसके बाद हल्का रोज थोड़ीसी कसरत भी करता हूँ। घूमने या कसरत करनेके समयमें सिर्फ कमीज या पाजामा पहने रहता हूँ। ६ या १० बजेसे लेकर ११ बजेतक मैं खुली बिछकीके पोंस बैठकर पढ़ता हूँ या खुली हवाका भजनन्द लेता हूँ। ११ से लेकर १२ तक मेहन स्नान करता हूँ। १२ से लेकर १ बजेतक भोजन कर लेता हूँ। १ से २ बजेतक मैं आराम करता हूँ। २ बजेसे ४ या ५ बजेतक पढ़ाता हूँ। ५ बजेसे लेकर ६ या ७ बजेतक दूसरी बार

चित्र सं० ३५ पीछेका शार्दापन (७० क)



गरदन पीछेकी ओर कुछ अधिक मोटी । पीठपर चित्रातीय
द्रव्यका एक बड़ा थैला । इसीसे ओर सब अवयव ठोक हैं
ओर सिरमें मलमार नहीं है ।

था। पहली अगस्त सन् १८६३ से लेकर आजतक सिर्फ दो बार भोजन करता हूँ। सवेरे दलिया और फल या मोटे आटे की रोटी और फल, दोपहरको ऊपर लिखे हुए क्रमके अनुसार कच्चा साग दलिया और कच्चा फल, पर शामको कोई चीज भी न खाता था।

इस चिकित्सासे जो लाभ हुआ वह चित्रसे प्रकट है। मैं अपनी ओरसे कुछ नहीं कहना चाहता। चित्र स्वयं ही कह रहा है। हाँ, इतना मैं अवश्य कह देना चाहता हूँ कि पहले मैं बहुत कुछ गजा था पर अब वह ग जापन बुर हो गया है और पाल फिर उग आये हैं। मेरा बदन इतना ज्यादा बढ़ गया है कि साढ़े तीन वर्षोंके अन्दर मुझे घूटसे लेकर बैठतक बढ़नी पड़ी और इस बातपर तो शायद आप विश्वास न करेंगे कि ५५ बरसकी उम्रमें मेरी सबसे पीछेवाली दाढ़ नये सिरसे फिर निकल आयी है। यह बात बिना कहनेके इलाजके होनी असम्भव थी।

आजकल मेरे स्कूलमें छुट्टी है, इसलिये अब कभी दिन अच्छा रहता है तो मैं सूर्य-स्नान, वायु-स्नान और प्रकाश-स्नान भी करता हूँ। इससे मुझे बड़ा लाभ पहुँचता है। अमाम्य-से मैं यह क्रम धरपर जारी नहीं रख सकता, क्योंकि मेरा काम घन्टा ऐसा है कि मुझे इसके लिये समय नहीं मिलता। अब मैं इस पत्रको समाप्त करता हूँ और फिर यह कहता हूँ कि यह दोनों ससखीरे आपकी सेवामें हैं। मेरे इलाजके बारेमें अगर

चित्र सं० ३६, आगे और बगलका मसमर (७२ क)



यह एक कंठमाला रोगी बालकका चित्र है । तिर अत्यन्त बड़ा । माथा गद्दीदार । भाँसें पैठो हुई । नाक बहुत मोटी । मुँह खुला । चेहरा चौकोर, देखाहीन । गरदन बहुत नाटी और मोटी ।

भाप कुछ और बातें जानना चाहेंगे तो मैं खुशीसे उनके यारमें आपको सूचना दे सकूंगा। आपकी ही चिकित्सासे मैं खड़ा हुआ हूँ। इसके लिये मैं आपको हृदयसे धन्यवाद देता हूँ। आपकी तथा आपके कुटुम्बकी भलाईके लिये मैं परमेश्वरसे प्रार्थना करता हूँ—भवशीय एन०।

प्राण-शक्तिकी वृद्धि

फिरसे स्वस्थ होनेके लिये शरीरमें शक्तिका लाना आवश्यक है और इसकी सिद्धिके लिये हर प्रकारके साधनसे काम लेना चाहिये। चिकित्साकी कोई विधिमें जिसका उद्देश्य शरीरसे विजातीय द्रव्य दूर करना है कुछ कुछ जीव-शक्तिका होना बहुत आवश्यक है। यही बात मेरी चिकित्सामें भी है। जब शरीरमें विजातीय द्रव्य जमा हो जाता है और उससे गांठें पड़ जाती हैं तो यह समझना चाहिये कि उस मनुष्यमें जीवन शक्ति बहुत ही कम हो गयी है, नहीं तो विजातीय द्रव्य शरीरके भीतर इतना कड़ा नहीं हो सकता। ऐसे आदमीको खड़ा करनेके लिये हमें इस बातका भरसक यत्न करना चाहिये कि उसकी जीवन शक्ति जो कमजोर पड़ गयी है फिरसे बढ़ जाय। इसके साथ ही साथ इस बातकी भी कोशिश होनी चाहिये कि जिन बातोंसे जीवनशक्ति कमजोर पड़ती हो दूर कर दी जायें।

यहां मैं इस बातपर कुछ नहीं लिखना चाहता कि प्राण शक्ति क्या है। इतना हीविचार करना चाहता हूँ कि हम उस शक्तिको किस तरह प्राप्त कर सकते हैं।

हम नित्य जो आहार करते हैं और जो हवा सांस लेते हैं उसके द्वारा नित्य एक नयी शक्ति अपनेमें उत्पन्न करते हैं।

इस तरह प्राण-शक्ति प्राप्त करने और उसकी उन्नति करनेके लिये भोजन बहुत आवश्यक वस्तु है। इसलिये अपने भोजनके सम्बन्धमें ऐसी प्रत्येक बातका ध्यान रखना चाहिये जिससे हमारी प्राण शक्तिपर अच्छा प्रभाव पड़े।

नीचे लिखे प्रश्नोंका उत्तर देते हुए मैं इस विषयमें पूर्णरूपसे लिखनेकी चेष्टा करूंगा कि आहार कैसा होना चाहिये। प्रश्न यह हैं —

(१) हमारा भोजन कैसे हमारे अङ्ग लगे ?

(२) क्या खाना चाहिये ?

(३) कहाँ खाना चाहिये ?

(४) कब खाना चाहिये ?

(१) खाना कैसे पचना चाहिये ?

हम जो कुछ भोजन करते हैं उसमेंसे हमारा शरीर उन सब वस्तुओंका सार खींचनेकी चेष्टा करता है जो शरीरकी पुष्टि और गतिके लिये आवश्यक हैं। हमारा शरीर खायी हुई वस्तुसे जिस सत्वको खींच लेता है उसे ही पचाता है। भोजन पचते समय शरीरमें कई प्रकारकी क्रियायें होती हैं। पर हमें उनपर विचार नहीं करना है क्योंकि भोजन पचनेके कुल कामको अलग अलग भागोंमें विभक्त न समझकर समूचा एक काम समझा जाता है। जबतक शरीरमें पचनेके लिये कोई पदार्थ रहता है

चित्र सं० ३७ [३६ का ही प्रतिरूप] (७४ क)



सिर बहुत बड़ा । माघा गद्दीदार । नाक बहुत मोटी । मुँह
छुला । चेहरा चौकोर दिखाहीन । गरदन बहुत माटी और
मोटी ।

तबतक पचनेकी क्रिया बराबर होती रहती है। ज्यों ही हम मु'हमें भोजन डालते हैं और उसे चबाना आरम्भ करते हैं त्योंही पचनेका काम भी आरम्भ हो जाता है। शरीरके अन्दर आकर भोजनका एक भाग पचनेके पक्कास् पाखाने आदिके रूपमें बाहर निकल जाता है और दूसरा भाग जो भीतर रह जाता है वह पकृत फेफड़ों और नसोंद्वारा और भी अधिक पचाया जाता है। अन्तमें पचनेके बाद जी बच जाता है वह शरीरके चमड़े और गुदों द्वारा बाहर निकल जाता है। शरीर अपनी गतिको आप ही ठीक करता है। शरीरकी सारी गति एक समझी जाती है। यदि उसमें कुछ भी फर्क पड़े तो समझना चाहिये कि शरीरकी कुल पाचन शक्ति गड़बड़ हो गयी है और पाचन-शक्तिकी खराबो सारे शरीरके विकारका सूचक है।

अब आप देख सकते हैं कि पाचन शक्तिके द्वारा शरीर उन सब घस्तुओंको पचाता है जो स्वास्थ्यके लिये आवश्यक हैं। जिस तरह किसी घस्तुके भर्क खींचनेकी भांति पाचन शक्तिकी क्रिया द्वारा शरीरमें भोजनका सत्य खींचा जाता है। पाचन शक्तिकी क्रियासे अन्य किसी क्रियाकी तुलना नहीं की जा सकती। पाचन शक्तिकी क्रिया बहुत ही पूर्ण है। पाचन शक्तिकी इन्द्रियोंको अपने किसी कामसे छुट्टी दिलानेकी चेष्टा करना बड़ी भारी भूल है। यह उन्हें अशक्त करनेकी चेष्टा है और मनुष्यको इस विषयमें न अवतक सफलता मिली है न कमी मिलेगी कि भोजन पचानेका काम कृत्रिम रीतिसे हो सके।

यदि पाचन-शक्ति निर्धूल हो जाय तो हमें उसे फिरसे सुधारनेका उपाय करना चाहिये । शरीर जितना भोजन पचा सकता है उससे अधिक भोजन शरीरमें कमी न पहुँचाना चाहिये । यदि हम अपनी पाचन शक्तिको प्राकृतिक रूपसे ठीक कर लें तो कुछ समयमें शरीर आप ही आप ठीक हो जायगा और उसीके साथ हमारी जीवन शक्ति भी बढ जायगी ।

जिन बातोंसे हमारी पाचन शक्ति ठीक रह सकती है अथ उनके विषयमें हम कुछ लिखना चाहते हैं ।

(२) क्या खाना चाहिये ?

- इस विषयमें मैं अपने नये आरोग्यसाधनमें विस्तार पूर्वक लिख चुका हूँ पर यहां कुछ मुख्य मुख्य बातोंपर ध्यान दिलाना चाहता हूँ ।

भोजन हमारी प्रकृतिके अनुकूल होना चाहिये । प्रकृतिके विरुद्ध कमी कोई चीज न खानी चाहिये । इसीलिये मैं मांस खानेके पक्षमें नहीं हूँ, क्योंकि अप्राकृतिक है । नये आरोग्य साधनमें भोजन प्रकरण देखिये ।

प्रकृतिने हमें दांत इसलिये दिये हैं कि हम भोजनको चबाकर निगले । इससे यह सिद्ध होता है कि हमें खासकर ठोस भोजन खाना चाहिये, पर मैं किसी तरह इस बातकी सिफारिश नहीं कर सकता कि सूखे फल खाये जाय ! जिन लोगोंको मनपसन्द आता हो उन्हें तो खास तौरपर यह बात

चित्र स० ३८ आगे और बगलका बादीपन (७६ क)



सिरके नीचेका भाग बहुत खोड़ा । नाकमें सूजन, जीर्ण ।
मुँह खुला । खेहरा खीकोर, रेखाहीन । गरदनमें गुटके और
कड़ी । शोथ प्राय ठीक ।

ध्यानमें रखनी चाहिये । जिन लोगोंको मजीर्णकी बीमारी रहती है वे पचला खाना उचित रीतिपर नहीं पचा सकते । उनका यह खयाल करना गलत है कि शोरभा, दूध, फल, चाय, शराब धीरे-धीरे उन्हें फायदा पहुँचा सकती है ।

मैंने मजीर्णके बहुतसे रोगियोंका इलाज किया है । उन रोगियोंके इलाजसे जो अनुभव मुझे प्राप्त हुआ है वह मैं यहाँ लिखता हूँ ।

कच्चे भोजनकी अपेक्षा पका हुआ भोजन ज्यादा मुश्किल से पचाया जा सकता है । जो चीज ताजी और गंदरी है वह बहुत ही आसानीके साथ पच सकती है । जो चीज बिल्कुल पक गयी है या जो बहुत जल्द सड़नेवाली है उसका पचाना बड़ा मुश्किल है । इसलिये कच्चा फल और सागपात मजीर्ण के रोगी बहुत ही आसानी और जल्दीके साथ पचा सकते हैं । इस तरहका खाना जरूरतसे ज्यादा नहीं खाया जा सकता, क्योंकि यह ज्योंही काफी तौरपर खा लिया जाता है त्योंही शरीर इस बातकी सूचना दे देता है कि बस अब अधिक भोजन मत करो ।

पहले पहल तो कच्चा फल खानेसे शापद दस्तकी बीमारी हो सकती है, क्योंकि आसानीके साथ पचनेके लिये पचनेके मन्दरसे यह दूसरी चीजोंको निकास बाहर करता है, पर दस्तकी बीमारी फौरन बुर हो आयगी और इस तरहके फल खानेसे पाचन-शक्तिको नियमानुसार ठीक करनेमें बड़ी भारी

मदद मिलेगी। कच्चा फल सबसे अच्छा घड़ा है जो सीधे पेड़से तोड़ लिया जाय, क्योंकि जमीनपर गिरनेसे उसकी खूबो जाती रहती है, इसलिये विदेशी फलोंकी अपेक्षा देशी फल ज्यादा अच्छे हैं, क्योंकि विदेशी फल दूरसे आने जानेमें खराब हो जाते हैं और जल्दी नहीं पच सकते।

आम तौरपर हम यह कह सकते हैं कि जिस स्थानमें जो लोग रहते हैं उनके लिये उचित भोजन प्रकृति आप ही पैदा कर देती है। उदाहरणके तौरपर इस यातकी कोशिश की गयी है कि योरपके दक्षिणी प्रान्तोंमें पैदा होनेवाली चीजे उत्तरी प्रान्तोंमें पैदा की जायँ, जिसमें कि उन प्रान्तोंके लोगोंकी हालत और तन्दुस्तीमें सुधार हो, पर उनकी तन्दुस्तीमें सुधार होना तो बुर रहा इन चीजोंकी यदौलत उनकी तन्दुस्ती और भी चौपट हो गयी है।

अगर किसी देशमें आदिमियोंके खानेके लायक कोई चीज नहीं पैदा होती तो समझ लेना चाहिये कि वह जगह मनुष्योंके रहनेके लायक नहीं है। उत्तर अण्ड, उत्तकुद आदि बहुत ठंडे प्रदेश इसी तरहके हैं। उन प्रदेशोंमें रहनेवाले कभी तन्दुस्ति न रहते हैं और न बहुत विमोक्तक जिन्दा हो रहते हैं।

साथके चित्रमें ग्रीनलैंडके बहुत ही शीतल प्रदेशके रहनेवालोंका एक झुंड दिखालाया गया है। यह सच है कि वे लोग देखनेमें खूब हटपुट मालूम पड़ते हैं, पर असलमें उनमेंसे हर एक बाढ़ीसे फूला हुआ है। अतम्यसे यह बात अच्छी तरहसे

इस चित्रके द्वारा नहीं प्रगट होती, क्योंकि इस चित्रको एक मॉसिलिया घिसफारने बनाया था। इस प्रान्तके रहनेवालोंकी जीवन शक्ति बहुत ही कम है और शायद थोड़े समयके बाद ही पिल्बुल नेस्तनाबूद हो जायेंगे।

उनका नेस्तनाबूद हो जाना स्यामायिक ही है, क्योंकि उन्हें लाघारीसे करीब करीब पिल्बुल मांस ही पर गुजारा करना पड़ता है। हां जिन दिनों जमोनपर पर्क नहीं जमा रहता उन दिनों वह जो कुछ ताजा पीछा या साग भाजी पैदा होती है पड़ी उत्सुकताके साथ भोजन करते हैं। पर जितना साग पात उन्हें खानेको मिलता है वह उस नुकसानको दूर करनेके लिये काफी नहीं है जो अप्राकृतिक भोजन खानेसे पैदा होता है। हां, थोड़ा बहुत सागभाजी खानेसे कुछ न कुछ सुधार जरूर होता है। जो उत्तरी प्रदेश समुद्रके किनारे हैं वहांके रहनेवाले मछलियां उपादा खाते हैं। इसलिये उनमें पाद्रीपन कम रहता है, क्योंकि उथाली हुई मछली दूसरे मांसकी अपेक्षा कम नुकसान पहुंचानेवाली होती है। कमसे कम खरपीदार जानवरोंके मांसकी धनित्व उथाली हुई मछली उपादा अच्छी होती है।

जो प्रदेश न तो बहुत गरम और न बहुत सर्द है वहकि रहनेवाले अधिक भाग्यवान हैं। वहांके घर्मोंका पानी चेला मच्छा है कि पीनेसे पाचन-शक्ति बढ़ती है। ताजे ताजे पीछे, साग भाजी और फल खानेसे जीवन शक्ति भी बहुत बढ़ती है।

इस चित्रके द्वारा नहीं प्रगट होती, क्योंकि इस चित्रको एक मौसिखिया चित्रकारने बनाया था। इस प्रान्तके रहनेवालोंको जीवन शक्ति बहुत ही कम है और शायद थोड़े समयके बाद ही बिलकुल नेस्तनाबूद हो जायेंगे।

उनका नेस्तनाबूद हो जाना स्वाभाविक ही है, क्योंकि उन्हें लाचारीसे करीब करीब बिलकुल मांस ही पर गुजारा करना पड़ता है। हां जिन दिनों जमीनपर बर्फ नहीं जमा रहता उन दिनों वह जो कुछ ताजा पौधा या साग भाजी पैदा होती है यड़ी उत्सुकताके साथ भोजन करते हैं। पर जितना साग पाठ उन्हें खानेको मिलता है वह उस नुकसानको दूर करनेके लिये काफी नहीं है जो अप्राकृतिक भोजन खानेसे पैदा होता है। हां, थोड़ा बहुत सागभाजी खानेसे कुछ न कुछ सुधार जरूर होता है। जो उत्तरी प्रदेश समुद्रके किनारे हैं वहाँके रहनेवाले मछलियां उपादा खाते हैं। इसलिये उनमें पादीपन कम रहता है, क्योंकि उबाली हुई मछली दूसरे मांसकी अपेक्षा कम नुकसान पहुंचानेवाली होती है। कमसे कम चरबीदार जानवरोंके मांसकी बनिस्बत उबाली हुई मछली उपादा अच्छी होती है।

जो प्रदेश न तो बहुत गरम और न बहुत सर्द हैं वहाँके रहनेवाले अधिक भाग्यवान हैं। वहाँके चश्मोंका पानी ऐसा मरुछा है कि पोनेसे पाचन शक्ति बढ़ती है। ताजे ताजे पौधे, साग भाजी और फल खानेसे जीवन शक्ति भी बहुत बढ़ती है।

आम तौरपर लोग इस सब चीजोंको फजूल समझते हैं, क्योंकि जीवनके नियमोंको बिलकुल नहीं जानते ।

एक चीजका नाम मैं यहां जास तौरपर लेना चाहता हूं जी मनुष्य शरीरके लिये बहुत जरूरी है । पर जिसे लोग बिलकुल बेफायदा समझते हैं । यह चीज और कुछ नहीं सिर्फ बालू है । बालूसे पाचन शक्तिमें निस्सन्वेद सहायता पहुँचती है । प्राकृतिक दशामें खानेकी चीजोंके साथ हमेशा कुछ न कुछ बालू जरूर मिलो रहती है । खानेकी चीजें कितनी ही ज्यादा क्यों न धोयी जायँ पर उनमेंसे बालू पूरी तरहसे दूर नहीं हो सकती । बहुत सी बातोंमें तो पानीसे धोना फायदेमन्द है पर धोनेसे एक ऐसी चीज निकल जाती है जो पचनके लिये बहुत ही जरूरी है ।

जानवर लोग कुदरती तौरपर बालू खाया करते हैं । बालू उन्हें नहीं मिलतीतो बीमार हो जाते हैं । उदाहरणके तौर पर मुर्गियोंको लीजिये । अगर बालू उन्हें खानेको न मिले तो उनके पर बहुत अल्द मड़े और खुर खुरे हो जायँ । शुशुर मुर्गके पर कितने थड़ियाँ होते हैं, पर वे रेगिस्तानके ही रहने-वाले हैं । जिन जगहोंमें बालू ज्यादा नहीं होती वहां शुशुर-मुर्गके पर अधिक सुन्दर नहीं होते । उन्हें कितना ही थड़ियासे बढ़िया खाना क्यों न दिया जाय मगर बिना बालूके उनके पर नहीं सुधर सकते । इसी तरहसे मनुष्यके लिये भी थोड़ासा बालू बहुत ही जरूरी है । इसलिये महीन आटे और मैदकी घनी

चित्र स० ४० सब ओर बादापन (८० क)



माथा गद्दीदार । आँखें तेजहीन । नाक मोटी । मुँह खुला ।
चेहरेपरकी विमाजक रेखाएँ नदारद । गरदन कड़ी, बहुत
लम्बी । सीना, बैठे हुआ । सिर ठीक है ।

पुई रोटी खानेकी अपेक्षा दलिया और मोटे आटेकी रोटी खाना ज्यादा अच्छा है, क्योंकि अनाजके ऊपरकी ओर घालूके छोटे छोटे कण जरूर लगे रहते हैं।

जानियेकि पारेमें छूय जाच करनेके बाद मैं इस घातके निश्चय करनेमें लग गया कि घालूके छोटे छोटे कणोंके धामेसे मनुष्योंपर क्या प्रभाव पड़ता है। इस जांचके जो नतीजे निकले हैं उनसे मुझे यद्वा सन्तोष हुआ है और मैं उन्हें यद्वापर प्रकाशित कर देना चाहता हूँ। मैंने समुद्रके किनारेपरकी यद्बियासे यद्बिया घालू घुनकर मँगवायी, पर नदीके किनारेवाली यद्बिया घालूसे भी काम चल सकता है। मैंने घालू जर्मन समुद्रके किनारेपरसे मँगवायी थी। यह घालू इतनी उम्दा और महीन थी कि आसानीके साथ निगली जा सकती थी। इस तरहकी घालूमें छुतैले जहरको मारनेवाली क्षासियत भी रहती है। यह आत्ममाइश भाषण छुद कर सकते हैं। जिस कमरेकी हवा यिनौला या दूध अग्नेसे धराय हो गयी हो वसमें दो चार मुट्ठी घालूको तपे हुए तवेपर गरम कर लीजिये। आपको यह देखकर तमज्जुय होगा कि इस उपायसे उस कमरेकी दुर्गन्ध कैसे जस्दी गायब हो गयी। जयतक यह आत्ममाइश जारी रहे तबतक लिडकियों और दरवाजोंको बन्द रखना चाहिये, जिसमें कि घालूका पूरा असर ज्यादा अच्छी तरह देखा आ सके।

घालूदार प्रदेशोंकी हवा हमेशा साफ रहती है, क्योंकि वहां घालू प्रकृतिकी ओरसे मानों छूत और जहर मारनेवाली दवाका

काम करती है। अगर घालूमें किसी कदर चिकनी मिट्टी मिली होगी तो असर इतना अच्छा न होगा।

अब आप यह पूछ सकते हैं कि क्या घालू शरीरके भीतरकी खराब हवा और खराब चीजें बरबाद करके वैसा ही अच्छा असर नहीं पैदा कर सकती अर्थात् क्या घालू शरीरके अन्दर उस चदचदनेको नहीं सुखा सकती जिसमें भयानक बीमारियोंके जहरीले कोटाणु पैदा होते और बढ़ते हैं ?

घालूका असर क्या होता है इसका निश्चय करनेके विचारसे मैंने कई आजमाइशें की हैं। इन आजमाइशोंके नतीजोंसे पता लगा है कि घालूमें बहुत बड़े गुण हैं। मैं यहांपर इस बातका एक अच्छा उदाहरण देना चाहता हूँ।

एक लीको युवावस्थासे ही कोष्ठघट्टका रोग था। उसने कई तरहके इलाज किये पर किसीने भी कुछ फायदा न हुआ। पचास बरसको उमरमें उसकी यह शिकायत इतनी बढ़ गयी और उसे इतनी तकलीफ होने लगी कि उसकी हालत बहुत ही खतरनाक दिखलाई पड़ने लगी। किसी तरहके जुलाबसे भी उसका पेट साफ न होता था। कभी कभी तो हफ्तोंतक और एक बार तो लगातार पांच हफ्तेतक उसे दस्त न हुआ। अब यह मेरे पास आयी तो मैंने उससे कहा कि वह दिनमें चार या पांच मर्तबा उदर छान करे और वृद्धिवा तथा सड़े फल खाये। इस इलाजसे कोष्ठघट्टमें जरूर फायदा होता है, पर इस लीके सम्बन्धमें यह इलाज काफी न था। इसलिये मैंने यह आजमा-



इस की कि अगर जानेके बाद ही उस स्त्रीको एक चुटकी समुद्री यालू दिनमें दो तीन बार दिया जाय तो उससे क्या नतीजा होगा। जैसी भाशा न थी उससे कहीं अच्छा नतीजा यही तेजीके साथ बिजलाई पड़ा। दूसरे ही दिन पेटकी आँतें ढोली पड़ गयीं। पहले तो पाखाना काले रक्तका, सख्त और गोल हुआ, पर बादको बिलकुल ठीक ठक्का होने लगा। जिस तरहका स्नान और जिस तरहका भोजन पहले पतलाया गया था वही जारी रखा गया।

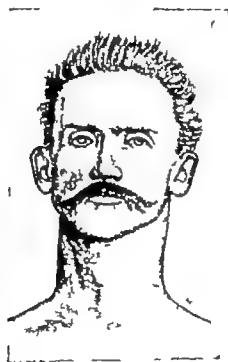
अब आप देख सकते हैं कि यालूका कितना अच्छा असर उस स्त्रीकी बीमारीपर पड़ा। नि सन्देह यालू पाचन शक्तिको ठीक हालतमें रखने और उसे सुधारनेका एक अच्छा कुदरती जरिया है।

अपनी पुरानी प्रणालीके अनुसार डाक्टर और हरीम इस बातको फमी न मारेंगे कि यालू खानेसे कुछ फायदा हो सकता है, क्योंकि यालू प्रायः शुद्ध नहीं सकती। डाक्टर लोग रसायन शास्त्रकी सहायतासे इस बातका ठीक ठीक निश्चय करनेका यत्न करेंगे कि शरीरके निर्माणके लिये कौनसे पदार्थ आवश्यक हैं। अन्तमें वे यह निश्चय करेंगे कि हर एक पदार्थ गिनती और वजनमें कितना हररोज खाना चाहिये। उस मनुष्यके भ्राम्यका क्या ठिकाना है जो इस तरहके सिद्धान्तोंके अनुसार भोजनके द्वारा अपना इलाज कराता है। इस बातकी भी कोशिश की गयी है कि जानेके पदार्थोंमें जो पौष्टिक संघ

रहता है वह जहातक हो सके वहांतक बिल्कुल शुद्धरूपमें खींचकर निकाल लिया जाय। यह यही गलती है, क्योंकि शरीर को न केवल पदार्थों की ही आवश्यकता है बल्कि इस बातकी भी आवश्यकता है कि उसके शरीरके मिला मिला अंग काम भी करें। शरीरके अङ्ग तन्दुरुस्त और अच्छी हालतमें तभी बने रह सकते हैं जब वे काम भी करते रहें। पाचनेन्द्रियोंको चाहिये कि वे आप ही भोजनसे सार खींचकर शरीरके लिये जरूरी खून, मांस, हड्डी, नसें, बाल वगैरह बनाये। पाचनेन्द्रियोंको चाहिये कि वे भोजनसे उन रसोंको खींचें जो पाचन शक्तिमें सहायता देनेवाले हों। शरीरके लिये जरूरी चीजें स्वाभाविक भोजनमें काफी मिकदारमें रहती हैं। सिर्फ जरूरत इस बातकी है कि शरीरमें इतनी ताकत हो कि वह खाये हुए पदार्थोंमेंसे सत्त खींच सके। शरीरमें गैस (एक प्रकारकी हवा) पैदा करनेकी भी शक्ति होनी चाहिये, जिसमें कि खाया हुआ भोजन शरीरके अन्दर उचित गतिसे नीचेकी ओर जा सके। अगर शरीरके अन्दर काफी गैस न पैदा हो तो पेटकी आगोंमें रुकावटें पड़ जाती हैं और अंतर्क्रिया बिल्कुल बेकाम पड़ जाती हैं। ऐसी हालतमें खाया हुआ भोजन प्राय ऊपरकी ओर जाता है जिससे सिरमें दर्द होने लगता है। पर इस तरहकी गड़बड़ी तभी पैदा होती है जब शरीरमें धावीपन रहता है या जब अप्राकृतिक भोजन खाया जाता है।

मैं अब कुछ बातें आपको खिलाने पिलानेके बारेमें कहना

चित्र स० ४२ आगे और बगलका बादीपन (८४ रु)



चित्र ४२ घाले रूपका सामनेवाला चित्र । गदनकी असाधारण लम्बाई और चेहरेका वर्गाकार स्पष्ट है ।

चाहता है। यद्यपि लिये प्राकृतिक भोजन केवल एक वस्तु है, अर्थात् माताका दूध। जिन बच्चोंको माताका दूध नहीं मिलता उनकी बड़ी हानि होती है। ऐसे बच्चोंके शरीर अग्रिम सड़े हुए पदार्थसे लद जाते हैं और उसमें यादीपन आ जाता है। नं० ४८ माताके दूधसे पहले हुए एक लड़केका चित्र है। इस बालकको उन बालकोंसे मिलाइये जो नं० ४६ और ५० के चित्रोंमें दिये गये हैं। यह दोनों बालक कृत्रिम भोजनके द्वारा पाले गये थे। दोनोंके सिर बहुत ज्यादा बड़े और पेट बहुत ज्यादा भारीकी ओर निकले हुए हैं। इस तरहके प्रायः सब बालक उचित समयके पहले ही प्रौढ़ या बड़े हो जाते हैं। यह समयकी खूबी है कि आज कल इतने ज्यादा प्रतिभावान बच्चे दिखलाई पड़ते हैं। ऐसे बच्चे बहुत छोटी उम्रमें ही आश्चर्य जनक बुद्धिका परिचय देते हैं। ऐसे बच्चे केवल ब्यापके पात्र हैं, क्योंकि कुछ समयतक वे असामान्य बुद्धिका परिचय देते रहते हैं और उनके माता पिता यह समझते हैं कि हमारा बच्चा बहुत ही बुद्धिमान होगा, पर इस तरहका कोई भी बालक बड़े होनेपर आशाके अनुकूल नहीं निकलता क्योंकि उचित समयके पहले ही प्रौढ़ हो जाना एक खराब लक्षण है। उचित समयके पहले प्रौढ़ता सभी दिखलाई पड़ती है जब विमागकी ओर विजातीय द्रव्यका अत्यन्त दबाव होनेसे मस्तिष्कमें एक अग्र प्राकृतिक परिवर्तन हो जाता है। यदि शरीरके किसी अंगमें विजातीय द्रव्य भर कर लेता है तो उसमें तेजी आ जाती है।

मस्तिष्क विद्यामें निपुण मनुष्य भी यह कहते हैं कि प्रायः मनुष्योंके कुछ अंगोंमें और अंगोंको अपेक्षा अधिक उन्नति देखनेमें आती है, पर वे यह नहीं जानते कि यह बात अस्वाभाविक है, क्योंकि उन्हें यह नहीं मालूम कि इस बातका कारण क्या है।

मैंने तो ऐसे बालक देखे हैं जो सात वर्षकी उम्रमें बीस वर्षवाले मनुष्योंको तरह समझकी धारें करते थे, पर बादको बढ़े होनेपर ऐसे बालक अपने साथियोंसे बहुत ही पीछे रहे। यही बात उन प्रतिभाशाली बालकोंके बारेमें भी कही जा सकती है जिनकी पहले तो बड़ी ख्याति रहती है पर बादको कुछ वर्ष बीतनेपर उनकी कोई याद भी नहीं करता क्योंकि उनमें उस प्रकारकी बुद्धि नहीं रहती जो अच्छा गवैया होनेके लिये बहुत जरूरी है।

नं० ५२ में पोलर नामक एक बालकका चित्र दिया गया है। छत्रके लिहाज़से इस बालकमें कहीं अधिक उन्नति दिखाई पड़ती है। उसकी शारीरिक अवस्थाके बारेमें डाक्टरोंको कुछ भी विचित्रता नहीं मालूम पड़ती। वे उसे एक प्रतिभाशाली बालक समझते हैं। पर आकृति विज्ञानकी राय इस सम्बन्धमें भी डाक्टरोंकी रायसे भिन्न है। यद्यपि इस बालक की तसवीर हमारे मतलबके मुताबिक नहीं खींची गयी है तथापि उसके उभरे हुए माथेसे हम इस बातका पता लगा सकते हैं कि आँखोंकी ओर विजातीय दृष्ट्यका कितना दबाव है। इससे साफ जाहिर है कि इस बालककी पाचन शक्ति

चित्र सं० ४३ । (चित्र ४४ देखो (८३ क)



अच्छी नहीं है। इसमें कोई संदेह नहीं कि सामने और बगल दोनों ओर उसके शरीरमें विजातीय वृथ्‍यसे धात्रीपन फैला हुआ है, पर तसवीरसे हम इस बातका पूरा निश्चय नहीं कर सकते। उसका सिर छोटीपर बहुत ज्यादा चौड़ा है, इसीलिये इस बालककी जो उम्र है उसके लिहाजसे उसका मस्तिष्क उचितसे अधिक उन्नत अवस्थामें है।

कहां खाना चाहिये ?

यह प्रश्न शायद व्यर्थ समझा जायगा पर वास्तवमें ऐसा नहीं। शरीरका स्वास्थ्य बहुत कुछ इस बातपर निर्भर है कि फेफड़ोंको ठीक गिजा मिलती है या नहीं। जिन्वृगी कायम रखने और शरीरकी शक्ति बढ़ानेके लिये अच्छी और साफ हवा उसनीही जरूरी है जिसना कि अच्छा मौज्जा न। खानेके वक्त हम आप ही आप बहुत तेजीसे सांस लेते हैं और फेफड़ोंको ज्यादा हवाकी जरूरत पड़ती है खानेके साथ साथ हवा भी पेटके अन्दर जाती है। जो हवा खानेके साथ पेटके अन्दर जाती है वह अच्छी है या बुरी इसपर हमें कभी उदासीन न रहना चाहिये। अगर मौसिम अच्छा हो तो दरवाजेके बाहर परामर्शमें भोजन करना सबसे उत्तम है या कमसे कम यह तो जरूर होना चाहिये कि जिस कमरेमें खाना खाया जाय वह खूब रोशन और हवादार रहे।

उन रोगियों और निर्बलोंने लिये यह बात खास तौरपर

अकूरी है जो अपनी तन्दुरुस्ती सुधारना और अपनी ताकत बढ़ाना चाहते हैं।

कब खाना चाहिये ?

इस प्रश्नके बारेमें विस्तारके साथ लिखना परम आवश्यक है। आम तौरपर आप इस प्रश्नके उत्तरमें यह कह सकते हैं कि जब भूख लगे तभी खाना चाहिये। पर हममें वह शक्ति है जिसकी बदौलत हम अपने जीवनको इस तरहसे नियमित कर सकते हैं कि हम अपनी भूखको दूसरे समयके लिये टाल सकें। अधिकतर लोग ऐसी अप्राकृतिक रीतिपर जीवन व्यतीत करते हैं कि उन्हें भूख अनुचित समयोंपर लग आती है। इसके अलावा जो भूख अनुचित समयपर लगती है वह तन्दुरुस्ती देनेवाली नहीं है। अगर हम जानघरोंकी जिन्दगीपर नजर डालें तो हमें पता लगेगा कि उनमेंसे प्रायः सबके सब भूखके अधिकतर चिह्न सबेरे ही प्रगट करते हैं और वही समय अपना प्रधान धारा बताते हैं। इसका कारण सूर्यका प्रभाव है।

दिन दो हिस्सोंमें बांटा गया है पहला हिस्सा वसन्त ऋतु देनेवाला और दूसरा हिस्सा शान्ति देनेवाला है। वसन्त ऋतु देनेवाला भाग सूर्योदयसे प्रारम्भ होता है। सूरज ही उदय होकर कुल प्रकृतिको फिरसे कार्यमें लगाता है। हर एक माली और ग्रामके रहनेवाले अनुष्यको यह अच्छी तरहसे विदित है कि प्रातःकालीन सूर्यका कितना प्रभाव पेड़ पौधोंपर पड़ता

चित्र सं० ४४ आगे और बगलका मलभार (८८ फ)



मुह झुला । चेहरा पुबला । विमाज्जक रेखाएं मिटी हुई ।
गरदनमें बड़ी बड़ी गुठियां । शेष ठीक ।

है। जिन पेड़ोंको प्राप्त फालीन सूर्यका प्रभाव नहीं प्राप्त होता उनमें या तो बहुत कम फल लगते हैं या बिल्कुल ही नहीं लगते। अगर सवेरेका सूर्य पेड़के सिर्फ कुछ ही हिस्सोंपर अपना प्रकाश डालता है तो आम तौरपर यह देखा जाता है कि सिर्फ उन्हीं हिस्सोंपर फूल लगते हैं। इसी तरहसे मनुष्य कितना ही चाहे तब भी सूर्यके प्रभावसे दूर नहीं रह सकता। अगर वह प्राकृतिक नियमोंका पालन करे और सवेरे उठकर खुली हवामें चला जाय तो उसे फौरन मालूम होगा कि सूर्यकी किरणोंका कितना अच्छा और कितना उद्भास देने वाला प्रभाव पड़ता है।

इसी तरह वह दिनके दूसरे अर्धात् शांति देनेवाले भागके प्रभावको भी अवश्य देखेगा। दिनका दूसरा भाग उसी क्षणसे प्रारम्भ होता है जिस क्षणमें सूर्य आकाश-मध्यको पारकर पश्चिमकी ओर जाने लगता है अर्थात् दिनका यह भाग मध्याह्नसे प्रारम्भ होता है। इस भागका प्रभाव यह है कि तेज़ी और फुरतीलापन धीरे धीरे कम होने लगता है यहाँतक कि सूरज डूबते डूबते बिल्कुल शांति आ जाती है और जानवरोंकी तरह मनुष्य भी सोनेकी इच्छा प्रकट करता है।

उत्तेजना देनेवाले भागमें काम और परिश्रम करनेकी इच्छा हममें पैदा होती है और हमारे बदनमें तेज़ी और फुरतीलापन आ जाता है। शांति देनेवाले भागमें हमारा शरीर शिथिल पड़ जाता है और बदनमें थकावट आ जाती है और हम आराम

करनेकी इच्छा प्रगट करते हैं। यहो नियम पाचनेन्द्रियोंके सम्यन्धमें भी व्यापक है। तीसरे पहरकी अपेक्षा सवेरे पाचन-शक्ति अच्छी रहती है। सन्ध्या समय तो पाचन-शक्ति और भी कमजोर पड़ जाती है।

इससे यह नतीजा निकलता है कि खाना खास करके सवेरे और दिनके पहलेवाले हिस्सेमें खाना चाहिये और तीसरे पहर सिर्फ घट्टत ही थोड़ी मिक्चरमें भोजन करना चाहिये। रोगी और निर्यल मनुष्योंको यह नियम खास तौरपर पालन करना चाहिये। क्योंकि इस नियमका पालन करनेसे वे यथा समय अपनी शक्तिका उपयोग कर सकते हैं और उसे फिर अच्छी हालतमें ला सकते हैं।

शायद आप यह कह सकते हैं कि जो लोग बीमार होते हैं उन्हें सवेरे बहुत ही कम भूख लगती है और बिना भूखके वे कैसे खा सकते हैं। पर सवेरे भूखका न लगना इस बातका निश्चित प्रमाण है कि पाचनेन्द्रियां या तो बहुत कमजोर हैं या गलत समयपर अपना काम करनेके लिये मजबूर की गयी हैं। आजकल रोशनी करनेका ऐसा ढंग निकाला गया है कि रातको भी दिनकी तरह प्रकाश हो जाता है। मनुष्यने अपनी सम्यताकी घदौलत ओ सफलतायें प्राप्त की हैं, उन्हें भकसर हम हानिकर कामोंमें ही लगाते हैं। इसलिये कोई आश्चर्य नहीं कि लोगोंमें घातरोग और नाड़ी दीर्घद्वय इतना अधिक दिक्क लायी पड़ रहा है यहांतक कि वर्तमान शताब्दी यदि नाड़ी

चित्र सं० ४५ स्वस्थ रूप ४३, ४४, (६० फ)



चित्र ४३ ४ की छोटी दाईं बरसतक चिकित्सा होनेके पीछे बसका रूप ऐसा हुआ ।

दीर्घत्वकी शताब्दी कही जाय तो अनुचित नहीं। पर नाड़ी दीर्घत्वका कारण वर्तमान समय या शताब्दी नहीं बल्कि वह गलत तरीका है जिसके अनुसार हम अपना जीवन निर्वाह करते हैं। इस गलत तरीकेके द्वारा घास करके पीठमें यादीपन जरूर पैदा होता है।

घाना अक्सर बहुत देरको खाया जाता है और बहुतसे लोग तो शामका घाना ऐसे समय खाते हैं जब कि उन्हें सोते होना चाहिये। जो घाना इतनी देरको खाया जाता है वह पूरी तरहसे नहीं पचाया जा सकता। उससे पाचनेन्द्रियोंपर इतना जोर पड़ता है कि उसका असर सवेरेतक भी बना रहता है। सवेरे भूख न लगनेका यही कारण है। इसके अलावा बिना पचा हुआ घाना शरीरको वषेजित करता है, जिससे बदलको असली आराम नहीं मिलता। इसीलिये शायद सवेरे रातकी अपेक्षा ज्यादा थकावट मालूम होती है। इस आवतको बदलनेके लिये सिर्फ थोड़ेसे निश्चयकी आवश्यकता है। बीमार आवमी अगर अच्छा होना चाहते हैं तो उन्हें इस आवतको जरूर बदल देना चाहिये।

अगर आप रातको बिना आये हुए या बहुत ही हलका भोजन खाकर सोये तो सवेरे जरूर आपको भूख लगेगी। इसमें सन्देह नहीं कि इस नियमके अनुसार खलमेसे आपको अपने जीवनका कुल कम बदलना पड़ेगा। बहुतोंको तो शायद ऊबरी सोनेकी आवत छालना बहुत ही मुश्किल मालूम पड़ेगा। पर

असलमें यह सब आवस्यकी बात है। तबके उठिये और अगर आपको कुछ थकावट मालूम पड़े तो उसकी परवाह न करिये। ऐसा करनेसे शामके वक्त आपको ज़रूर जल्दी सोनेकी इच्छा मालूम होगी। इस तरहसे प्राकृतिक नियमोंके अनुसार जीवन व्यतीत करनेकी आवस्य बहुत जल्द पड़ जायगी।

हमें ऐसा प्रयत्न करना चाहिये कि जहाँतक हो सके वहाँ तक हम अपना काम दिनके पहले भाग अर्थात् उत्तेजना देनेवाले भागमें करें, क्योंकि दूसरा अर्थात् शान्ति देनेवाला भाग नहीं बल्कि उत्तेजना देनेवाला भाग हो प्रकृतिकी ओरसे काम करनेके लिए नियत किया गया है। इसी भागमें वह काम अर्थात् सन्तानोत्पत्तिका काम भी करना चाहिये जो मनुष्य जातिके लिये इतने विशेष महत्वका है। दिनके पूर्व भागमें गर्भोत्पादनका काम अधिक सफलताके साथ हो सकता है और अच्छी सन्तान पैदा हो सकती है। याद रहे कि हमारा कर्त्तव्य ऐसी सन्तान उत्पन्न करना है जो अच्छी और तन्दुरुस्त हो। इसलिये हर एक मनुष्यको गर्भोत्पादनके लिये सबसे अच्छा समय और सबसे अच्छी हालत चुनना चाहिये। अक्सर यह देखा गया है कि बहुतसे लोग अपनेको नपुंसक समझे हुए थे, क्योंकि शान्ति देनेवाले अर्थात् दिनके उत्तर भागमें गर्भोत्पत्ति करनेकी शक्ति उनके शरीरमें नहीं रह जाती थी, पर अनुभवसे उन्हें मालूम हुआ कि उत्पन्न करनेवाले भागमें वे गर्भोत्पादन करनेके पूरी तरहसे योग्य हैं। दोनों भागोंमें क्या खास फर्क है यह आप इस उदा-

चित्र म० ४६ सच श्रीर मलमार (६७ क)



चिर बहुत बड़ा । म गा गद्दा । भाँत्र पडा हुई । नाक
बहुत मोटी । मुँह खुग । खेहरेरकी विम ब्रक रेख ए मिटी
हुई । गरदन बहुत म टी । कप धल्यो ।

हरणसे देख सकते हैं। पर तत्पुस्त आधुनिकोंको हम यह सलाह देते हैं कि वे रातके घक्त मैथुन न करें, क्योंकि पेसा करनेसे शरीरमें कमजोरी आ जाती है और कामकी फिक, झंझट और येकायदा ढंगकी जिम्मेगी आदि बातोंका घुरा असर सन्तानपर पड़ता है। कौन पेसा मनुष्य है जो ऐसे कामसे अपनेको न रोके जिसका खराब असर सन्तानपर पड़ता हो? जो लोग अप्राकृतिक ढंगपर जीवन व्यतीत करते हैं वे यदि सवेरे ही मैथुन करें तो उनके गलत तरीकेसे जिन्दगी बसर करनेका घुरा नतीजा गर्भपर इतनी प्रत्यक्ष रीतिसे न पड़ुंयेगा, क्योंकि रातके घक्त घदन अपनी कुछ न कुछ ताकत जकड़ हासिल कर लेता है। उदाहरणके लिये सोचिये कि शराब और दूसरी नशीली चीजोंका कितना घुरा असर इन सन्तानोंपर पड़ता होगा जो नशेकी हालतमें पैदा की जाती हैं। ऐसी सन्तानोंकी बुद्धि करीब करीब हमेशा कुंठित रहती है और उनका दिमाग बिल्कुल कमजोर रहता है।

इसलिये मैं फिर इस बातको दोहराता हूँ कि अगर हम उचे जना और शान्ति देनेवाले भागोंका उपयोग ठीक तरहसे करें तो हमारी शक्ति ठीक तरहसे कायम रह सकती है और यदि शक्ति क्षीण हो गयी तो वह फिर अधिक शीघ्रतासे कायम की जा सकती है। हमें अपना जीवन इस निबमसे व्यतीत करना चाहिये कि हम अपने सभसे आवश्यक कर्तव्योंको सवेरे ही करें और उसी समय प्रधान भोजन भी पेटके भन्दर पहुँचायें जिसमें

तीसरे पक्षर धीरे धीरे हम अपनी शक्तिको शिथिल कर दें और शामके घक जल्दी ही बिस्तरेपर चले जाय ।

तेज और गहरी बीमारियाँ दिनके उत्तर भागमें अधिक मयानक और अधिक पीडा देनेवाला स्वरूप ग्रहण करती हैं क्योंकि उस समय शरीर रोगका मुफायला इतनी अच्छी तरह नहीं कर सकता । फौन ऐसा मनुष्य है जिसने इस बातपर ध्यान न दिया हो कि बुद्धार हमेशा शामके घक बढ़ जाता है । इसका कारण यह है कि उस समय शरीरके सब अंग शिथिल और कमजोर पड़ जाते हैं ।

इसी तरहसे साल भी दो भागोंमें बाटा जा सकता है अर्थात् एक उत्तेजना देनेवाला और दूसरा शांति देनेवाला भाग । पहला भाग उत्तरायणसे प्रारम्भ होता है । उस समय हर एक जातिमें इस घटनाकी यादगारमें कोई न कोई बड़ा त्योहार या उत्सव मनानेका भाव आपही आप पैदा हो जाता है ।

कुहरा और सरखीमें भी उत्तेजना देनेवाले समयका प्रभाव आप ही आप प्रगट हो जाता है । वसन्त ऋतुमें तो यह प्रभाव आप हर एक जगह साफ तौरपर अनुभव कर सकते हैं । पेड़ों-पर इसका प्रभाव आसानीसे मालूम किया जा सकता है । ओ शहतीर शरद् ऋतुमें गिरायी जाती है वह अच्छी और मजबूत यनी रहती है पर ओ शहतीर फरवरीतकमें नहीं गिरायी जाती वह मजबूत नहीं रहती और बहुत जल्द उसमें दीमक लग जाते हैं ।

वर्षके उत्तेजना देनेवाले भागमें हम कुल प्रकृतिमें नव जीवन

चित्र सं० १७ (२४ क)



चित्र ४६ घाले पुष्पका रूप साढे तीन बरसकी
चिकित्साके पीछे ।

के चिह्न देख सकते हैं। आनवरोंमें नयी जिन्दगी और तेजी आ जाती है और उसी समय वे घससे भी पैदा करते हैं। पेड़ पौधे भी उसी समय बूय फलते फूलते और बढ़ते हैं। वर्षका ठसे जना देनेवाला भाग उन्नति और वृद्धिका समय है।

शांति देनेवाले भागकी अपेक्षा ठसेजना देनेवाले भागमें फूलोंकी सुगन्ध कुछ मिनन ही होती है और कुछ पौधे तो जैसे कि गुलाबके पौधे शरद और गरमीके ऋतुओंमें जैसे बढ़िया फूल नहीं पैदा करते जैसे कि वसन्त और गरमीके आरम्भमें पैदा करते हैं।

जय सूरज एक बार अपने ऊ सेसे ऊ से स्थानतक पहुँच जाता है और घड़ासे नीचेकी ओर उतरने लगता है तो वर्षका शांति देनेवाला भाग तेजीके साथ शुरू हो जाता है। आनवर लोग पहलेकी अपेक्षा शांत हो जाते हैं। पेड़ पौधोंमें वैसी तरकी नहीं दिखायी पड़ती जैसी कि पहले दिखायी पड़ती थी। आम तौरपर सिर्फ घड़ी फल इस समय पकते हैं जो पहलेवाले भागमें रग आये थे।

उत्संजना देनेवाले भागकी अपेक्षा शांति देनेवाले भागमें ज्वर इत्यादि महामारियां अधिक उत्पन्न होती हैं। क्योंकि शांति देनेवाले भागमें शरीर बुखारका मुकाबिला कम कर सकता है।

जङ्गली आमवर जो प्राकृतिक वृक्षोंमें रहते हैं शांति देनेवाले भागमें मोहनकी इच्छा कम प्रगट करते हैं और सरदीकी ऋतु आते ही वे ऐसे कमजोर हो जाते हैं कि आम तौरपर जो

थोड़ा बहुत चारा उस समय मिल सकता है उसीसे उनका सन्तोष हो जाता है। शांति देनेवाले भागमें पाचन शक्ति धीरे धीरे कमजोर पड़ जाती है। इसलिये मनुष्योंको भी चाहिये कि वे उस भागमें कम भोजन करें। इसीलिये जाड़ेमें उपवास करना अच्छा है। अमाग्यसे हम यिल्कुल इसके विपरीत आचरण करते हैं। जाड़ेमें हम हर एक प्रकारका त्यौहार और उत्सव मनाते हैं। डाक़र लोग भी हमें इस यातका उपदेश देते हैं कि इस ऋतुमें ज्यादा खाना खाना चाहिये, जिसमें कि हम सरदीका मुकाबिला अच्छी तरह कर सकें। यह एक ऐसी गल्ती है जिसका परिणाम बड़ा ही दुःख समय है। प्राकृतिक दशामें रहनेवाले जङ्गली जानवरोंपर एक नज़र डालनेसे आपकी आंखें खुल सकती हैं। जानवरोंकी रखवाली करनेवाले और जङ्गलोंको ताकनेवाले मनुष्य यह अच्छी तरहसे जानते हैं कि जो जानवर जाड़ेमें बहुत ज्यादा चारा खाते हैं वे तन्दुरुस्त नहीं रहते।

उष्णकटिबन्ध प्रदेशोंमें जहाँ कि सूर्यकी अवस्थामें बहुत कम परिवर्तन होता है चन्द्रमाका प्रभाव अधिक पड़ता है। उक्त प्रदेशोंमें उष्तेजना और शांति देनेवाले भाग थारी थारीसे महीने में दो बार आते हैं, पर दैनिक परिवर्तन वैसा ही होता है जैसा कि और प्रदेशोंमें देखा जाता है। उष्णकटिबन्ध प्रदेशोंमें यह देखा गया है कि जो शहरीरें चन्द्रमाके बढ़नेके समय गिरायी जाती हैं वे सुरक्षित नहीं रहतीं पर जो शहरीरें चन्द्रमाके क्षीण होनेके समय गिरायी जाती हैं वे बहुत उत्तम होती हैं। इसी

चित्र स० ४८ उचित स्वास्थ्य (२६ क



इस बालकके सय भंग ठीक वृद्धिकी अवस्थामें है। पेट विशेषतः ठीक वृद्धामें है। यह बच्चा माँके कुक्षपर ही पड़ा। १ महीनेका था तभी खलमे लगा। यह एक घर्षकी अवस्थाक चित्र है।

तरहसे जो यातें धर्यके सम्बन्धमें देखी जाती हैं वही यातें आप उक्त प्रदेशोंमें महीनेके सम्बन्धमें देख सकते हैं। आप पूछ सकते हैं कि इसका कारण क्या है।

मैंने इसका एक कारण सोच करके निकाला है पर यह अभी निश्चय नहीं है कि मेरा अनुमान ठीक है या गलत। मैं उसे यहांपर पाठकोंके सामने रखता हूँ आशा है कि पाठकगण उसपर विचार करेंगे।

जिन कारणोंसे दिन और रात तथा गरमी और आड़ेकी ऋतुएं पैदा होती हैं वन्हीं कारणोंकी बदौलत उत्तेजना और शांति देनेवाले भाग भी पैदा होते हैं। हर एक आदमी जानता है कि उत्तेजना और शांति देनेवाले भाग सूर्य और पृथ्वीकी गतिपर निर्भर हैं। हमलोग हमेशासे यह सुनते आये हैं कि सूर्य ही हमें प्रकाश और गरमी देता है। मेरी रायमें यह विचार गलत है। कदाचित् पृथ्वी ही अपनी अक्षगतिके द्वारा प्रकाश और गरमी उत्पन्न करती है। सूर्य भी कुदरती तौरपर अपना प्रभाव डालता है और कदाचित् कुछ ऐसी किरणें हमारी ओर फेंकता है जो, मुख्यतः पत्थरकी तरह अंतर डालती हैं। जब यह किरणें पृथ्वीसे रगड़ जाती हैं तभी प्रकाश और गरमी पैदा होती है। इस प्रकाश और गरमीको पृथ्वी चारों ओर फैलाती है। यह आप लोगोंको अच्छी तरहसे मालूम है कि हमें जितना ही ऊपर जाते हैं उतनी ही तेजीसे गरमी और प्रकाश घटने लगता है। अगर गरमी और प्रकाशकी किरणें सीधे

सूर्यसे आतीं तो ऊँचाई पर भी वे अपना प्रभाव पैदा करतीं। पृथ्वी बहुत जल्द हवाको गरम बना सकती है। अगर सूर्य वास्तवमें गरमीको चारों ओर फैलाता है तो वह हवाको भी क्यों गरम नहीं बना सकता ?

यदि पृथ्वी ही रोशनी और गरमीको पैदा करती है तो यह साफ जाहिर है कि रोशनी और गरमी इन जगहोंमें मर्याद डण्णकटिघन्य प्रदेशोंमें बहुत ही तेज होगी जहाँ पृथ्वीकी गति और उसकी रगड़ सबसे ज्यादा होगी। उत्तरी और दक्षिणी ध्रुवोंमें पृथ्वीको रगड़ आमतौरपर बिल्कुल ही नहीं होती। इसीलिए वहाँ बिल्कुल ही सरदी और निर्जीविता बनी रहती है। अगर हवाके द्वारा गरम प्रदेशोंसे गरमी वहातक न पहुँचे तो सरदी और भी तेज होगी। इस प्रकार यह भी साफ जाहिर है कि क्यों सिर्फ एक ही उष्ण प्रदेश, दो समशीतोष्ण प्रदेश और दो शीत प्रदेश हैं।

तस्वीर नं० ५३ और ५४ में यह दिखलाया गया है कि पृथ्वी घूम रही है। तीरका मुह जिस ओर है वही ओर पृथ्वी घूम रही है। “अ” से यह स्थान सूचित किया गया है। जहाँसे हम कहे हुए इस घटनाको देख रहे हैं। सूर्यकी किरणें एक दूसरेसे समानान्तरपर एक ही ओर गिरती हैं, पर पृथ्वी अपना स्थान बदलती रहती है। तस्वीर नं० ५३ में ठीक सूर्योदयके समय पृथ्वीकी अवस्था दिखलायी गयी है। तस्वीर नं० ५४ में पृथ्वीको वह अवस्था दिखलायी गयी है जब कि सूर्य अस्त हो रहा है।

आप यह आसानीसे देख सकते हैं कि चुम्बक पत्थरका असर रखनेवाली सूर्यकी किरणें सघेरेके एक अथ हमपर गिरती हैं तो हमारे साथ उनकी रगड़ उस रगड़से ज्यादा तेज होगी जो तीसरे पहर पैदा होती है, क्योंकि तीसरे पहर सूर्यकी किरणें हमारे पीठकी ओर रहती हैं। इसलिये यह साफ जाहिर है कि हमारे सामनेकी ओर जो किरणें होंगी उनका असर कहीं ज्यादा तेज होगा।

इस बातका उदाहरण हम चाकू तेज करनेके यंत्रसे दे सकते हैं। जिस ओर वह यंत्र घूम रहा है उसके विरुद्ध यदि हम चाकूको धार रखें तो जितना तेज असर होगा उतना तेज असर चाकूको उस ओर रखनेसे न होगा जिस ओरको यंत्र घूम रहा है।

हरकतके लिहाजसे पृथ्वीकी तुलना एक बड़े भारी ड्राइनमों से की जा सकती है जिसका अकार खानेवाला हिस्सा उन प्रुश जैसी शकलवाली चीजोंके खिलाफ रगड़ खाता है जिनके द्वारा बिजली ले जायी जाती है।

शायद कुछ लोग यह कहें कि आम तौरपर सघेरेकी अपेक्षा तीसरे पहर गरमी ज्यादा तेज होती है। इसका कारण सिर्फ — — — जो गरमी पैदा हो रही है उसके सबसे यह गरमी फैली और बढ़ायी जाती है जो पहलेसे पैदा हो चुकी हवा नहीं होती तो सघेरेकी अपेक्षा तीसरे पहर कम होती है। तेज हवाके द्वारा कदाचित् गरम

चित्र सं० ४०-४१ सब धीरे मतभार

(१०० रु)



एक ही बालकके सामने और बगलके चित्र हैं। तीन बरस का है। रूप भारी, मझा। सिर बड़ा। माथा फूला हुआ। आँखें पैठी सी। गरदनकी रेखा नदारद, सिर मुश्किलसे फिरता है। पेट फूला लटका हुआ। हाथ पाँव मोटे कड़े और मढ़े। इसकी परवरिश भी मिर्जीब दूधसे हुई थी।

ठंडी हवा दूसरे प्रदेशोंसे आकर हालतको बदल सकती है। इसलिये निरीक्षण उस रोज करना चाहिये जिस रोज आधी या तेज हवा न हो।

पृथ्वीके चक्रसे जो शक्ति पैदा होती है उसका प्रभाव भी हमपर पड़ता है। शान्ति देनेवाले भागकी अपेक्षा उत्तेजना देनेवाले भागमें सूर्यकी किरणें अधिक प्रभाव डालती हैं और हमें काम करनेके लिये उत्तेजित करती हैं। हमें अपना जीवन भी इसीके अनुसार नियमित करना चाहिये।

सूर्यकी किरणोंका असर हम लोगोंपर भी कुछ समयतक जारी रहता है यहातक कि तीसरे पहरमें जाकर हम धीरे धीरे अपनी शक्तिमें कमीका अनुमण करते हैं।

तीसरे पहर और सबेर काम करनेकी जो जुदा जुदा शक्ति हममें रहती है उसका मुकाबिला अगर हम एक दूसरेके साथ करें तो हमें फौरन फर्क मालूम पड़ेगा। प्रातः काल जो शक्ति और जो तेजी हममें रहती है उसका कारण केवल यही नहीं है कि हम रातमें गहरी नींद सोते हैं। अगर गहरी नींद सोना ही इस बातका कारण होता तो दोपहरको भी गहरी नींद सोनेसे घड़ी असर पैदा होता। परं असलमें ऐसा नहीं होता। मेरी रायमें निःसन्देह इसका कारण वही शक्ति है जो रोशनी और गरमी पैदा करती है। इसलिये कृत्रिम उपायोंसे प्रकृतिके अपरिचर्त्तनीय नियमोंके विरुद्ध युद्ध करना खेद जनक भूल है।

मैं एक बार फिर यह कह देना चाहता हूँ कि ऊपर जो

कुछ लिखा गया है यह केवल मेरा ही विचार है। यह विचार इस बातको समझानेके लिये यहांपर लिखा गया है कि धर्म और धिनके उत्तेजना और शांति देनेवाले जी दो भाग हैं वे किन कारणोंसे पैदा होते हैं। भाशा है पाठकगण इसपर विचार करेंगे और सूय अच्छी तरह विचारनेके बाद तब मेरे मतका खंडन या मंडन करेंगे।

मस्तिष्क विद्याके साथ आकृति-निदानका सम्बन्ध

मस्तिष्क विद्याका सम्बन्ध भी मनुष्यके सिरकी आकृतिके साथ है, इसलिये मैं यहां कुछ शब्द इस बारेमें भी लिखना चाहता हूँ कि आकृति विज्ञानके साथ मस्तिष्क विद्याका क्या सम्बन्ध है।

मस्तिष्क विद्या पहले हीसे इस बातको मान लेती है कि दिमागका हर एक एक हिस्सा कोई न कोई खास मानसिक शक्तिका स्थान है। इसलिये अगर कोई हिस्सा अधिकसे अधिक बढ़ा हो तो ऐसा क्याल किया जाता है कि उस हिस्सेमें रहने-वाली शक्ति उतनी ही ज्यादा बढ़ी हुई होगी।

मैं यहां इस प्रश्नपर विचार नहीं करना चाहता कि मस्तिष्क विद्याका हर एक पहलू न्याय सिद्धान्तोंपर स्थित है या नहीं, पर यह बात बिना किसी संशयके कही जा सकती है —

यदि मस्तिष्क कोइ खास शकल अस्तित्वार करे तो मानसिक शक्तिया भी एक दूसरा रूप धारण करेंगी ।

आम तौरपर मस्तिष्ककी थनाघट ऐसी रहती है कि एक शक्ति दूसरी शक्तियोंसे यद्वमे नहीं पाती । इस प्राकृतिक नियम-का भंग तभी होता है जब सिरमें विजातीय द्रव्य इकट्ठा हो जाता है । यद्योमें विजातीय द्रव्यके इकट्ठा होनेका पहला नतीजा हमेशा यह होता है कि उनमें उच्चैर्जना पैदा हो जाती है । यह बात खास करके उन वर्गोंके धारेमें देखी जाती है जो उचित समयके पहले ही प्रौढ़ हो जाते हैं, पर बादको शरीरके अन्दर विजातीय द्रव्य सड़ जानेसे उनकी तेजी जाती रहती है । यहाँपर एक ध्यान देने लायक बात यह भी है कि जिन लोगोंमें सामनेकी ओर बादीपन रहता है उनमें दया, भक्ति, उदारता, भाशा और विश्वास यह सब गुण खास तौरपर बिखलाई पड़ते हैं । मस्तिष्क विद्याके अनुसार इन सब गुणोंका स्थान दिमागका सामने वाला हिस्सा कहा जाता है । जिन लोगोंमें केवल सामनेहीकी ओर बादीपन रहता है वे बड़े चतुर और समाजके बड़े प्रेमी होते हैं पर जिन लोगोंमें पीछेकी ओर बादीपन रहता है वे उन कामोंके करनेसे हिचकते हैं जिनके सम्बन्धमें उन्हें दूसरे लोगोंके साथ बहुत अधिक मिलना जुलना पड़ता है । अगर ऐसे काम करनेके लिये वे मजबूर किये जाते हैं तो उन्हें हताश होना पड़ना है ।

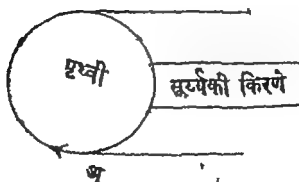
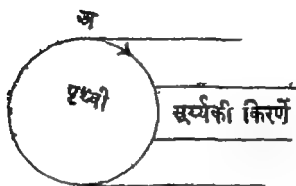
मस्तिष्क विद्यायालोंकी समझमें यह बात आती ही नहीं

चित्र सं० ५२ आगे और बगलका मलमार (१०२ क)



निर ऊपरकी तरफ बहुत खोड़ा । माथा उमरा हुआ ।
 मांछें काँचनी खमकती हुई । शेष ठीक ।

चित्र ५३-५४



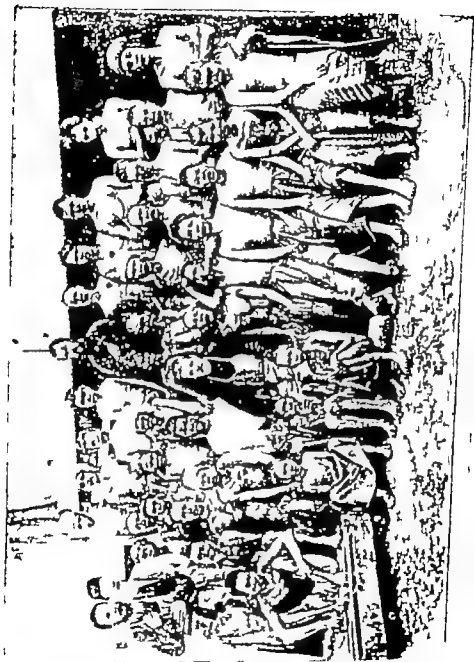
कि अक्सर मनुष्यकी मानसिक उन्नति एक ही तरह क्यों होती है। पर आकृति विज्ञान इसके धारोंमें मस्तिष्क विद्यावालोंको कुछ न कुछ धारों जकर बतला सकता है। कुछ धारोंमें मस्तिष्क की उन्नति और कुछ धारोंमें उसकी अधनतिका कारण किसी न किसी तरहका यादीपन जकर है। इससे यह भी नतीजा निकलता है कि अगर यादीपन दूर कर दिया जाय तो मस्तिष्ककी उन्नतिमें जो विपमता है वह भी दूर हो आयगी। मस्तिष्ककी उन्नतिमें विपमता होनेसे अक्सर बड़े मयानक परिणाम पैदा हो जाते हैं। अक्सर मानसिक उन्नतिमें विपमता होनेसे क्रोध, निराशा, अनुत्साह, आत्मघातकी ओर प्रवृत्ति ये सब दोष पैदा हो जाते हैं। अक्सर यह खयाल किया जाता है कि यह सब दोष वर्तमान समयके प्रभावसे पैदा होते हैं। यह भी खेदके साथ कहा जाता है कि यह सब दोष मध्योंमें भी दिखलाई पड़ते हैं। पर यह एकल गलत है। इन सब धारोंका कारण यह है कि धारों ओर जहाँ देखो वहाँ लोगोंके शरीरमें रोग अपना घर बिये हुए है। अमाग्यसे उनलोगोंका ध्यान अभी काफ़ी तौरपर इस ओर नहीं गया है जो खोर्गेके नेता बिये जाते हैं और जिनकी धारों लोभ ध्यानसे सुनते हैं।



उपसंहार

हमारे पाठक कदाचित् यह विचार करें कि इस ग्रन्थमें जो बातें लिखी गयी हैं वे काफी सौरपर वैज्ञानिक नहीं हैं। पर मेरा उद्देश्य यह था कि मैं इस तरहसे असली बातें सीधे सादे लफ्जोंमें लिखू कि जिससे सब लोग मेरी बातोंको समझ जायें। इससे यह नहीं कहा जा सकता कि मेरे ग्रन्थका विषय ही अवैज्ञानिक है।

विज्ञान उन अनुभवोंके समूहके नियाम और बना है जिन्हें मनुष्योंने स्पष्ट सिद्धान्तोंके आधारपर नियमबद्ध कर दिया है। पर हर एक मनुष्य अनुभव प्राप्त करनेके लिये स्वतंत्र है चाहे वह किसी खास सम्प्रदाय या विचारका हो अथवा न हो और चाहे वह किसी खास विषयकी शिक्षा पाये हो अथवा न पाये हो। हमारा यह ग्रन्थ तीस वर्षोंके अनुभवका परिणाम है। इस पुस्तक में हम जितनी नतीजोंपर पहुँचे हैं वे हजारों बार ठीक साबित हो चुके हैं। मैं यह नहीं कहता कि मैंने पूर्णता प्राप्त कर ली है पर कमसे कम मैं सब्से अग्र-करणके साथ यह कह सकता हूँ कि जो बातें मैंने इस ग्रन्थमें लिखी हैं सब अच्छी तरहसे जाँच ली गयी हैं और परीक्षामें पूरी उतर चुकी हैं।





भारतीय वीरता

(खे० श्रीयुक्त रजनीकान्त गुप्त)

यह भारतके महापुरुषोंकी वीर कथाओंका संग्रह है। महा राणा प्रतापसिंह, क्षत्रपति शिवाजी, गुरुगोविन्दसिंह, रायमल, कुँवरसिंह आदि भारतके राष्ट्र निर्माताओं तथा दुर्गायती, संयुक्ता, राजगार्ह, पद्मावती आदि भारतकी प्रसिद्ध वीर स्त्रियोंके जीवन चरित्रोंका ऐसी ओजसिनी भाषामें वर्णन किया गया है कि पढ़ते ही बनता है। नयी शक्तिका संचार होने लगता है। दुर्बल नसोंमें भी जोश और ठमझ उठने लगता है। ऐसे ही प्राक्त स्मरणीय महानुभावों और वीर माताओंकी ३८ कीर्ति कथाओंका सविस्तर वर्णन इसमें पढ़नेको मिलेगा। कवरपर तीनरंगा सुन्दर भाषपूर्ण चित्र है। भीतर सुन्दर सुन्दर रङ्ग चित्रों ८ चित्र दिये गये हैं जिन्हें देखते ही बनता है। पुस्तक प्रत्येक नर नारी, बालक-युवा और विशेषकर विद्यार्थियोंके पढ़ने योग्य है। भाषा ऐसी सरल है कि छोटे बच्चोंकी समझमें भी सहज ही आ जाती है। प्रत्येक राष्ट्र प्रेमी, देश प्रेमी और गौरवशील भारतीयको एक प्रति अवश्य रखनी चाहिये। २०५ पृष्ठकी सुन्दर सखि पुस्तकका मूल्य केवल १।७५ है।

हिन्दीकी सब तरहकी पुस्तकें मिलनेका एकमात्र पता —

हिन्दी पुस्तक एजेन्सी,

१२६, हरिसन रोड, कलकत्ता।

भारतीय वीरता

(से० धीयुक्त रजनीफान्त गुप्त)

यह भारतके महापुरुषोंकी वीर कथाओंका संग्रह है। महा राणा प्रतापसिंह, क्षत्रपति शिवाजी, गुरुगोविन्दसिंह, रायमल, कुँवरसिंह आदि भारतके राष्ट्र निर्माताओं तथा दुर्गावती, संयुक्ता, राजधर्म, पद्मावती आदि भारतकी प्रसिद्ध वीर स्त्रियोंके जीवन चरित्रोंका ऐसी ओजमिली भाषामें वर्णन किया गया है कि पढ़ते ही वीरता है। नवी शक्ति का सूचार होने लगता है। दुर्बल मनोमें भी ओश और वमझ उठने लगता है। ऐसे ही प्राप्त स्मरणीय महानुभावों और वीर माताओंकी ३८ कीर्ति कथाओंका सविस्तर वर्णन इसमें पढ़नेको मिलेगा। कवरपर तीनरंगा सुन्दर भावपूर्ण चित्र है। भीतर सुन्दर सुन्दर रङ्ग चित्रोंके ८ चित्र दिये गये हैं जिन्हें देखते ही बगता है। पुस्तक प्रत्येक घर नारी, बालक-युवा और विशेषकर विद्यार्थियोंके पढ़ने योग्य है। भाषा ऐसी सरल है कि छोटे बच्चोंकी समझमें भी सहज ही आ जाती है। प्रत्येक राष्ट्र प्रेमी, देश प्रेमी और गौरवशील भारतीयको एक प्रति अथवा रखनी चाहिये। २७५ पृष्ठकी सुन्दर सवित्र पुस्तकका मूल्य केवल १३) है।

हिन्दीकी सब तरहकी पुस्तकें मिलनेका एकमात्र पता —

हिन्दी पुस्तक एजेन्सी,

१२६, हरिनगर

छप गया ? छप गया ?? छप गया ???

हिन्दी पुस्तक एजेन्सीमाला—३१

वीर-केशरी
शिवाजी

लेखक—

प्रसिद्ध इतिहासवेत्ता

पं० नन्दकुमारदेव शर्मा

इसमें छत्रपति महाराज शिवानीकी पूरी भाषिस्तु
जीवनी बड़ी ही सुन्दर, सरल और ओजस्विनी भाषामें
लिखी गई है। हिन्दी-संसारमें इस राष्ट्र-वीरकी इतनी
बड़ा जीवनी आज तक नहीं निकली है। राष्ट्रके
प्रेमी युवा-पुरुषोंको अवश्य इससे लाभ उठाना चाहिये।

मूल्य सन्निकट - - ४)

